IOLANDA MITROFAN
NICOLAE MITROFAN

ELEMENTE DE PSIHOLOGIE A CUPLULUI



Casa de editură
și presă
„ȘANSA" S.R.L.
București

...OTECA CENTR...
...ERSITARA BUC...
...LOGIE ȘI ...
...TATEA DE ...
155.6 MIT
...TAR ... 1005

IOLANDA MITROFAN ● NICOLAE MITROFAN

ELEMENTE DE PSIHOLOGIE A CUPLULUI

IOLANDA MITROFAN • NICOLAE MITROFAN

ELEMENTE DE PSIHOLOGIE A CUPLULUI



CASA DE EDITURĂ ȘI PRESĂ „ȘANSA" S. R. L.
București, 1994

ISBN 973-9167-18-7

BLIOTECA CENTRALĂ
VERSITARĂ BUCUREȘTI
1556 MIT
700

Toate drepturile aparțin Casei de Editură și Presă „ȘANSA" S. R. L.

CUPRINS

CAPITOLUL I

Cui îi mai este frică de... psihosexologie?

● Să ne întoarcem la izvoare...

Înainte de a fi părinți, suntem bărbați și femei, suntem băieți și fete, suntem „masculin și feminin" — două principii complementare care acționează întru armonie. Exprimăm prin natura noastră biologică și psihologică o eternă bipolaritate, care permite dialogul mereu reînnoit al sexelor, ca și șansa împlinirii lor, unul prin intermediul celuilalt.

Nevoia mereu crescândă, a tineretului în special, de cunoștințe în domeniul încă aureolat de mister al psihosexologiei, cunoaște o adevărată explozie în ultimii ani. Erotismul devine din ce în ce mai mult și la vârste din ce în ce mai timpurii, un domeniu de fascinantă atractivitate, de exercitare a identității, autonomiei și afirmării Eu-lui, o cale de împlinire a personalității și implicit, de acces la fericire.

Erotismul rămâne nu numai pentru adolescent, dar și pentru adult o eternă și irezistibilă promi-

siune de autodepășire, dar își rezervă, fără îndoială și mrejele unei capcane seducătoare, în care multe suflete curate își pot frânge zborul.

Să ne intoarcem, așadar la izvoare, în speranța limpezirii ideilor confuze, a emoțiilor și îndoielilor noastre, care ne determină să traversăm încă destul de greu drumul cunoașterii relațiilor dintre sexe, de la „exercițiul" instinctual la dialogul profund spiritualizat al sexualității umane.

Pentru înțelepții chinezi, Yang și Yin sunt principiile antitetice și, totodată, complementare care exprimă și produc misterul vieții. Dialogul sexual apare în gândirea taoistă ca o perfectă cale de dezvoltare fizică și spirituală mutuală, prin interacțiunea rezonantă a Yangului masculin cu Yin-ul feminin. Iubirea este astfel o modalitate optimă de prelungire a tinereții și vieții, acționând în mod paradoxal prin „economisirea principiului vital", prin arta cultivării autocontrolului ejaculării, retenției seminale și a producerii orgasmelor feminine repetate, controlate. „Arta iubirii taoiste" este mai curând o străveche știință psihosexologică, ale cărei valențe sanogene au fost recunoscute și reactualizate de numeroși psihosexologi contemporani occidentali.

Gândirea străveche hindusă (Tantrismul yogic) conferă iubirii sexuale semnificația unei căi inițiatice, de perfecționare spirituală, prin transcenderea condiției corporale și armonizarea cosmică a ființei umane. Uniunea erotică se transformă într-un ceremonial, depășind astfel actul biologic instinctual și conferind cuplului uman sublima valență de cuplu divin. Senzualitatea apare în mistica erotică indiană ca un mijloc de accedere la Nirvana (v. M. Eliade, Yoga, Gallimard, 1945), experiența erotică însăși fiind investită cu valori transsenzoriale. Realizată astfel, ea conduce la o stare de beatitudine și autonomie pentru ambii parteneri. Sexualitatea în viziune tantrică este un mod de cunoaștere, voluptatea jucând doar rolul de vehicol, prin intermediul căruia se transcende conștiința normală, limitată și se instalează starea nirvanică. Tensiunea sexuală nu se consumă prin actul ejaculării, emisia seminală este oprită (coitus rezervatus) printr-un puternic joc imaginativ care permite un autocontrol fiziologic deplin al ejaculării dar și al trăirii erotice autonome. Această tehnică tantrică de realizare a uniunii sexuale este de natură să declanșeze energia Kundălini, sublimând și convertind energia sexuală, în forme subtile de energie mentală ce sporesc și perfecționează forța spirituală și capacitățile psihomentale dincolo de normalitate. Îndeplinind ritualul amoros, iubita sintetizează întreaga natură feminină ; ea este mama, sora, soția, fiica, substitutul și esența Tarei, sursa unică de bucurie și repaos, „obiectul devoțional". Jocul erotic se realizează pe un plan transbiologic, fără sfârșit, partenerii încorporând „o condiție divină", în sensul că ei nu numai că experimentează beatitudinea, ci și că pot contempla direct realitatea ultimă (Școala Sahajiya).

• Să revenim în contemporaneitate...

Oare câte dintre „secretele" și înțelepciunile psihosexologiei antice orientale au străbătut orizontul cultural al contemporanilor noștri, atât de des confruntați, din nefericire, cu dificultăți, deziluzii și complexe?

Răspunsul ni-l oferă alarmanta cifră a cuplurilor nefericite în intimitate, a cuplurilor disfuncționale care persistă de cele mai multe ori spre „a salva aparențele", de dragul copiilor, de frica oprobiului public, sau a alternativei singurătății, de teama perspectivei materiale dificile prin pierderea unui anumit confort economic, etc.

Să fi uitat oare semenii noștri, odată cu zbuciumul cotidian al lipsurilor economice, al instabilității profesionale, al insecurității socio-politice, al nevoilor vitale de libertate și democrație, să fi uitat ei oare să se descopere și să se bucure în și prin iubire?!

Represiunea socio-politică și frustrația economică au fără drept de apel, consecințe din cele mai dureroase și deformante în psihologia individului uman, ce se resimt până în cele mai intime relații fizice, afective, spirituale.

Anxietatea socială și acumularea agresivității și frustrațiilor materiale, culturale, religioase, generează suspiciune, oboseală sufletească, saturație și iritare, inhibiții și renunțare. Și toate acestea afectează, neîndoielnic și dorința erotică (libido-ul), capacitatea de dăruire și fantezia interacțională sexuală, climatul de intimitate atât de necesar dezvoltării prin iubire a bărbatului și femeii.

Dar dincolo de gravitatea cauzelor menționate și în directă legătură cu ele, se conturează și inconsistența influențelor cultural-educative cu privire la semnificația și valoarea relațiilor psihosexuale, nivelul redus de experiență și cultură erotică în general.

Din cercetările noastre asupra cuplurilor disfuncționale, am constatat că aceasta este o tristă realitate ce ne îndeamnă să medităm serios asupra fenomenului și posibilităților stimulativ-corective.

Informațiile privind desfășurarea vieții afectiv-sexuale, pe care le vehiculează multe cupluri, sunt puerile, distorsionate, vagi, considerându-se că în acest domeniu „lucrurile se petrec de la sine", instinctual, ceea ce femeilor le crează un comportament neadecvat de supunere, resemnare, „datorie sexuală", pudoare, culpabilitate și o conduită inhibată condiționând, prin mecanisme psihogene, frigiditate-anorgasmie. Unii bărbați, în special cei foarte tineri, lipsiți de o experiență erotică anterioară căsătoriei, manifestă de asemenea un comportament neadecvat — inhibiția, stângăcia și fixația anxioasă pe erecție și ejaculare, constituind impedimente în calea desfășurării normale a vieții lor afective și sexuale.

În ceea ce privește manifestarea tandreței și a jocului erotic, majoritatea nu manifestă inițiativă și creativitate, cultura lor afectivă și senzitivă fiind extrem de puțin modulată și dezvoltată. Corelația cu insatisfacția conjugală este și ea crescută, în special la femei, ale căror nevoi

de erotism și tandrețe sunt în general mult mai crescute.

Nivelul experienței și culturii afectiv-sexuale este influențat fundamental de calitatea primelor relații sexuale („inițierea") și de raporturile adolescentului cu familia în perioada acestei inițieri. Prototipul primelor relații erotice trasează drumul psihologic de mai târziu al sexualității. De aceea, importanța evenimentului nu este deloc neglijabilă, nici pentru adolescent, nici pentru părinți, nici pentru societate.

Fără îndoială, că existența unei informații certe și corecte este un element pozitiv, care ferește adolescentul de confuzii și erori, dar primele raporturi sexuale ocazionează remanieri psihologice importante, privind identitatea sexuală, căutarea „obiectului sexual" și posibilitățile sale de a-și exercita prerogativele de sex. „Primele raporturi sexuale reușite asigură adolescentul asupra aptitudinilor și funcționării sale, întărindu-i conștiința și ideea că el se făurește pe sine. Autoinvestindu-se și afirmându-se, el se înțelege mai bine „pe sine" și percepe mai corect „pe altul" (B. Golse, M. Bloch, 1987, p. 181 – 185). În acest caz, adolescentului i se relevă faptul că „nu face numai dragoste" ci „că este îndrăgostit". Mulți adolescenți sunt totuși mult mai îndrăgostiți „de dragoste", decât veritabili îndrăgostiți, ceea ce și susține emoțional nostalgia „primei iubiri", căci această „iubire a iubirii" suscită în timp trăiri excitante. În alte cazuri, primele raporturi sexuale semnifică doar inițierea într-o „sexualitate mecanică și lipsită de suflet". Acești adolescenți ajung mai curând

„să facă dragoste" și mai puțin să fie îndrăgostiți. Chiar dacă actul sexual devine la ei foarte frecvent, el este redus la minimum de fiecare dată, angajarea personală fiind restrânsă și dezerotizată, partenerul fiind indiferent și substituibil, ca și cum actul sexual s-ar consuma numai în virtutea unei conduite igienice sau a unei verificări a bunei stări de funcționalitate a organelor genitale. În aceste cazuri, sexualitatea se rupe de corolarul ei psihologic, riscând să se banalizeze și să devină doar „un certificat de bună sănătate". Extremele atitudinale sunt la fel de periculoase. De la interdicție totală la obligativitate și necesitate igienică, sexualitatea astfel trăită devine o experiență distorsionantă pentru personalitatea viitorului soț și părinte, pentru maniera în care își va asuma și satisface rolul marital.

● Mica pledoarie pentru estetica și etica erotică

Îndeplinirea rolurilor psihosexuale în deplină consonanță se bazează în mare măsură pe exercitarea și punerea mutuală în valoare a MASCULINITĂȚII și FEMINITĂȚII ca modele interioare trăite și exprimate comportamental. Or, multe dintre avatarurile relațiilor erotice traduc „defecte" sau „distorsiuni" ale psihoidentității de tip masculin și feminin, ale modelelor interioare de rol masculin și feminin pe care partenerii și le construiesc de-a lungul dezvoltării și maturizării lor psihologice. Apartenența biologică de la un sex la altul, deși corelează, în majoritatea

cazurilor cu sexul psihologic, nu implică neapărat şi *calitatea* specifică acestuia care să determine frumuseţea, forţa şi disponibilitatea exercitării masculinităţii şi feminităţii.

– Comunicarea erotică oferă şansa unei „întâlniri creatoare" între bărbat şi femeie, o adevărată „sărbătoare" a întregii fiinţe. „În această sărbătoare, mai mult decât într-o suferinţă, fiinţa umană îşi găseşte conştiinţa de sine, care este mai întâi încrederea în sine", afirmă G. Bachlard căutând semnificaţiile actului amoros în misterul originar al focului. „Poate că strămoşul nostru era mai graţios în faţa plăcerii, mai conştient de fericirea sa, în măsura în care era mai puţin delicat în faţa suferinţei. Căldura plăcerii iubirii fizice a valorizat probabil numeroase experienţe primitive", cum ar fi cea a aprinderii lemnului prin frecare, travaliu ritmic a cărui reverie este în întregime sexuală... Ritmurile se susţin unele pe altele, totul se uneşte în aceeaşi armonie, (G. Bachlard, Psihanaliza focului, Ed. Univers, 1989, p. 26–27).

Această stranie „alchimie" care este iubirea, revelează sensul creator al celor două principii complementare. „Principiul feminin al lucrurilor este un principiu de suprafaţă şi de învăluire, ca o boală, un refugiu, o atmosferă călduţă. Principiul masculin este un principiu de centru, un centru de putere, activ şi brusc, precum scânteia şi voinţa. Căldura feminină atacă lucrurile din afară. Focul masculin le atacă dinăuntru, din inima esenţei. Iată sensul profund al reveriei alchimice" (idem, op. cit., p. 51).

A demonstra creativitatea interacţională în cuplu este totodată un act etic şi unul estetic. Acesta exclude orice tentativă de a „metamorfoza" personalitatea partenerului după bunul nostru plac, în sensul propriilor dorinţe şi aşteptări. Dimpotrivă, relevarea autentică a „celuilalt" şi valorizarea unicităţii sale, este rodul iubirii, ca o cale de împlinire spirituală, ceea ce înseamnă nu numai o acceptare, ci şi o confirmare şi stimulare reciprocă a manifestărilor masculine şi feminine.

– Mereu în căutarea identităţii şi autoîmplinirii, drumul fiinţei umane către promisiunea fericirii oscilează între hazard şi certitudine, între bucurie şi suferinţa regăsirii de sine prin altul, între iluzie şi realitate.

A-ţi asuma şi manifesta sănătos, matur şi creativ masculinitatea şi feminitatea este dovada unui *act de etică şi de estetică erotică*, constituind baza convieţuirii civilizate a sexelor şi a interdezvoltării lor.

– Incompatibilităţile sexuale „traduc" cel mai frecvent defecte interacţionale în cuplu, rareori fiind incriminaţi factori organici, morfologici. Comunicarea verbală şi non-verbală constituie „cheia psihologică" a unei sexualităţi sănătoase şi satisfăcătoare. Adesea sinceritatea comunicării se reduce în căsătorie doar la probleme vizând idei, concepţii, atitudini şi dorinţe legate de viaţă materială, de copii, de relaţiile cu ceilalţi, dar se uită în general că intimitatea se creează mai ales prin comunicarea sentimentelor, trăirilor, privirilor expresive, gesturilor de tandreţe, mângâierilor, cuvintelor cu încărcătură emoţională,

atitudinilor admirative și încurajatoare, „bucuriei lăuntrice, senzoriale" de a identifica mereu prezența celuilalt prin mișcare, văz, auz, olfacție, atingere.

Discreția, sensibilitatea și tactul în *comunicare* par să definească adevărata „sinceritate în doi", iar *imaginația relațională* este o adevărată aptitudine de a iubi și de a umaniza continuu sexualitatea. Conținutul *pozitiv* al comunicărilor emoționale este univoc necesar în sexualitate, el creind totodată posibilitatea unor feed back-uri pozitive în relația maritală. Este cunoscut faptul că o informație negativă, frustrantă, resimțită ca o agresiune și o devalorizare de către partener, nu este de natură „să apropie", ci din contră, dezvoltă ostilități și retracții. Elementul „surpriză" în relațiile intime are efecte „surprinzătoare" în depășirea impasurilor ce trădează rutina și confortul obișnuinței, principalul pericol în dezvoltarea psihosexualității.

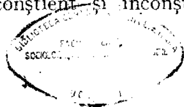
Fiecare act sexual fiind un act interpersonal, are șansa unei „întâlniri creative", unice și reciproc satisfăcătoare, care să ofere noi motive de comuniune. Kitsch-ul sexual este la fel de indezirabil ca și kitsch-ul în artă.

● Psihosexologia — O posibilă cale civilizatoare

Indispensabilă pentru echilibrul personal, pentru sănătatea și adaptarea socială, „bunăstarea sexuală" face parte din necesitățile vitale ale ființei umane. Departe însă de realitate este concepția pur pragmatică care reduce bunăstarea sexuală doar la o suită de „exerciții tehnice" igienice.

În concepția lumii creștine (și nu numai) sexualitatea nu poate fi separată de iubire, de comuniune și comunicare afectivă, ceea ce îi conferă dimensiunea unui act psihologic interpersonal și totodată a unui act de *cultură relațională*. Și pentru că sexualitatea desăvârșește și împlinește ființa umană, conferindu-i sănătate și armonie, restabilindu-se continuu echilibrul energetic și vitalitatea, nu putem ignora semnificația atitudinilor, concepțiilor, prejudecăților și reacțiilor afective și a impactului acestora asupra comportamentului sexual al tinerilor în special. Deficiențele care se întâlnesc pe această linie sunt, de regulă, rodul unei educații deformante, rigide. Părinții cu atitudini hiperautoritare față de copii induc trăiri de culpabilitate și restricții punitive fiilor și fiicelor, mai ales în perioada adolescenței. Aceștia la rândul lor, nu reușesc să adopte un comportament firesc și sigur față de sexualitate, pendulând între incertitudini și speranță adesea nerealistă, între confuzii și dorință, duplicități și tentații, erori și inhibiții, impuls și sentimente de vinovăție. Astfel, ajunge dragostea să fie gândită și trăită ca *păcat*.

Cu atât mai mult, trăirea plăcerii sexuale și dreptul la plăcere este „sancționat" diferențiat la cele două sexe, în cadrul unor modele normative depășite din punct de vedere moral, social, cultural, care continuă să se manifeste reflex în câmpul subconștient și inconștient al multor



persoane. Aceste prejudecăți se fixează pe solul fragil al personalității în formare a adolescentului, care abordează *imatur* problemele sexualității. El nu reușește întotdeauna să rezolve nici conflictele psihice privind identificarea, individualizarea și detașarea matură a Eu-lui, asumarea unui rol biologic și psihic potrivit situației și mai ales vârstei lui. Imaturitatea afectivă cultivată de un sistem de educație distorsionant este unul dintre cele mai importante impedimente în calea viitoarei adaptări conjugale sub toate aspectele și mai ales din punct de vedere sexual și procreativ.

Numeroși autori (G. Zwang, W. Pasini, A. Biron etc.) afirmă că lipsa de informație și experiență conduc la *eșec marital*, sexual și afectiv. La acestea se adaugă, după opinia noastră, forța de influență a modelelor educaționale, al atitudinilor și comportamentelor parentale din grupul de apartenență care determină esențial cursul viitoarelor căsătorii și șansele de satisfacție și insatisfacție. Multe dintre insatisfacțiile, eșecurile, decepțiile și tulburările de dinamică sexuală sunt consecințele mai apropiate sau mai îndepărtate ale unor impresii și atitudini limitative, constrângătoare și inductoare de culpabilitate, aparținând părinților. Inhibiția, reprimarea voită a plăcerii sexuale sau considerarea acesteia ca pe un fapt blamabil, pudoarea, concepția regretabilă că sexualitatea se desfășoară oricum „de la sine", în virtutea instinctului, sunt alimentate mai ales de *prejudecăți* aflate în vecinătatea *ignoranței* psihologice, incriminând

o așa-zisă „moralitate" – falsă după părerea noastră – exprimată în „atitudini educative" ce învăluie problema sexualității în „tăceri conspirative" și „pudicități" inutile rezervându-i sensul de „tabu".

Sexualitatea umană, spre deosebire de cea animală, este un act conștient de comunicare și comuniune afectiv-sexuală, expresie a maximei gratificații mutuale a sexelor. Intimitatea cuplului este în fond o *intimitate interacțională*, în care sincronizarea „mesajelor" și „acțiunilor" este condiția armonizării conduitelor sexuale. Aceste conduite de rol sexual (masculin și feminin) se pot îmbogăți și rafina prin experiență, dar se și pot degrada, devitaliza, rutina în timp.

Desigur că difuzarea informației axată pe fiziologie și igienă sexuală, pe semnalarea patologiei dermato-venerice și mai nou, a pericolului SIDA, a constituit un uriaș pas înainte în crearea unor atitudini civilizatoare în acest domeniu, atât de îndelung repudiat fățiș și problematizat în secret. Dar sexualitatea umană și avatarurile ei recunoscute în lumea medicală, dar nu totdeauna cunoscute sau recunoscute în viața cotidiană (de la frigiditate, ejaculare precoce, impotența psihogenă, dispareunie – ca disfuncții extrem de frecvente ale cuplurilor aflate în dificultate, până la comportamentele sexopate de tipul homosexualității, voayerismului, sadomasochismului etc.) merită nu numai întregul efort al cunoașterii științifice, ci și mai multă deschidere și sensibilizare la posibilitățile deloc neglijabile ale psihoterapiilor sexuale și ale terapiilor maritale în general. Acesta ar fi pasul care ar

micşora semnificativ distanţa dintre noi şi psihosexologie, apropiindu-ne de ceea ce refuzăm mai mult sau mai puţin conştient să cunoaştem despre noi înşine sau corectându-ne falsele imagini. Frica de noi înşine, răspunzătoare de multe dintre nefericirile noastre ar putea fi astfel redusă, iar drumul spre regăsirea de sine şi autodezvoltare — deschis...

Faptul că numeroase căsătorii continuă să rămână „neconsumate" „oferind aparenţele unei relaţii adulte într-un cuplu fixat sau regresat în fantasme infantile" (M. Guerkine, apud J. Jullien, 1983) ridică problema cauzelor „refuzului inconştient al asumării sexualităţii adulte". Din observaţiile clinice ale lui W. Pasini rezultă că acest refuz ce antrenează o frustraţie de lungă durată în cuplu este influenţat de două axe :

Axa culturală. Pacienţii care acuză de regulă neconsumarea căsătoriei prin dificultăţi sexuale, au suferit un nivel important de restricţii în domeniul sexualităţii. Acest subiect a fost tabu în mediul lor familial : părinţii trăiau ca şi cum sexualitatea ar fi fost absentă din viaţa lor. Nici o explicaţie nu le era dată copiilor. Doar în câteva cazuri, foarte rare, ei au căpătat în mediul şcolar câteva informaţii despre anatomia organelor genitale. Primele experienţe sexuale nu au putut fi trăite decât la modul culpabil. Acest fapt cultural, se regăseşte, fireşte, atât în familiile credincioase, cât şi în celelalte. Morala creştină are de fapt, profunzimi impregnate de moravuri. Masturbarea era considerată ca păcat. Autoeroismul era respins de copil, iar plăcerea resimţită

astfel, nu putea fi decât culpabilizatoare. De aici, refulări importante vin să mascheze problemele, iar incidentele sexuale reale nu fac decât să fortifice tabu-ul sexualităţii. Seducţia reală sau imaginară, participarea la jocurile sexuale cu alţi copii — reprimată de părinţi, spectacolul relaţiilor sexuale între adulţi — trăit ca un act sadic impus de bărbat femeii, de vreme ce nici o explicaţie prealabilă nu este dată de către părinţi copiilor, susţin „spaţiul secret" al sexualităţii şi îi mistifică sau îi ascund dimensiunile reale.

Axa nevrotică dezvăluie implicaţiile factorului psihologic în „refuzul" disimulat al sexualităţii adulte. În acest caz, subiecţii nu pot depăşi problemele „fixaţiei" Oedipiene, adică ataşamentul libidinal la părinţii de sex opus şi ostilitatea faţă de cei de acelaşi sex. Ei rămân fixaţi la această etapă (esenţială în teoria freudiană) pentru evoluţia maturativă a copilului). Această „fixaţie" este implicată ca mecanism psihologic în primele simptome sexuale : impotenţe erective, ejaculare precoce, anejaculare, frigidităţi, dispareunii, vaginisme. În toate aceste cazuri, plăcerea (dragostea, prin transfer) este trăită ca pe un păcat. Cei aflaţi în astfel de situaţii dureroase, sunt apăsaţi de angoasă şi trăiesc rapoturile sexuale ca un sentiment de culpabilitate, putând antrena la nivel imaginar — castrarea. Este cunoscut faptul că persoanele nevrotice ce-şi resimt sexualitatea ca fiind periculoasă sunt atrase deşi atrag la rândul lor, persoane care împărtăşesc inconştient frica, întărindu-şi reciproc refuzul unei sexualităţi adulte.

Chiar dacă dizarmonia sexuală și maritală nu este resimțită subiectiv cu aceeași acuitate de către toți indivizii, totuși nu putem ignora impactul ei asupra șanselor omului de a fi echilibrat și fericit.

Ch. Gelleman (1974) considera că stabilitatea și fericirea cuplului ar fi condiționată de patru factori: dragostea, sexualitatea, căsătoria și copiii. Dacă nu există dragoste, atunci sexualitatea este doar mecanică, igienică, lipsită de căldură, și de imaginație, simplă funcție organică ce îl poate umili sau face să sufere pe celălalt. Dacă nu există nici dragoste, nici sexualitate, cuplul realizează un sistem terifiant care corespunde descrierii lui J. P. Sartre „Infernul este celălalt".

Ființa umană manifestă patru pulsiuni vitale ce se cer satisfăcute: nevoia de aer, nevoia de apă și hrană, nevoia de sexualitate și nevoia de siguranță. Dacă nesatisfacerea primelor două nevoi menționate conduce la moarte (suprimare fizică și psihică), nesatisfacerea ultimelor două antrenează o formă subtilă de „moarte mentală", mai bine-zis o formă de mortificare lentă în chiar „spațiul de trecere al viului", manifestată prin stări depresive și anxietate — veritabile „autointoxicări psihice" ce epuizează treptat resursele energetice ale organismului ca întreg biopsihic.

Iată de ce nu putem ocoli răspunsurile la întrebări pe care chiar dacă unii nu îndrăznesc să le formuleze, ele persistă în mintea lor uneori toată viața, alteori îmbrăcând cele mai neașteptate forme de comunicare, de la protest, agresivitate

și frustrație lamentativă, la tăcerea resemnată, cinică sau ostentativă.

Importanța problemei a făcut ca PSIHOSEXOLOGIA să se contureze ca domeniu de analiză și intervenție curativă în Europa, fiind anticipată de psihanaliză. S. Freud a demonstrat că o serie de maladii cum ar fi nevrozele, situate în afara sexologiei, pot avea o cauzalitate sexuală. Astăzi, un domeniu de mare actualitate, ca psihosomatica, recunoaște la originea declanșării unor afecțiuni ca alergiile, astmul, gastritele, ulcerul, colopatiile, etc., inclusiv prezența unor disfuncții sexuale, care antrenează frustrații și tensiuni psihice deosebite, cu larg răsunet somatic. Tot Freud este acela care lansează ideea că patologia sexuală și-ar putea avea rădăcinile în copilărie, ca urmare a dezvoltării unor „complexe" nerezolvate, dat fiind faptul că sexualitatea infantilă este o realitate în continuă devenire. Comportamentul de rol sexual (*psihoidentitatea sexuală*) se construiește treptat, încă din copilăria timpurie. S-a produs astfel deschiderea către cunoașterea patologiei sexuale și a îngrijirilor sistematice ale acestor tulburări. Havelock Ellis și Theodor Van der Velede au avut, de asemenea, contribuții în abordarea pacienților cu insuficiențe sexuale, dar abia după al doilea război mondial noțiunile au început să fie integrate în medicina oficială.

Ponderea statistică a comportamentelor disfuncționale sexuale și a caracteristicilor comportamentului sexual normal a fost pentru prima dată abordată în S.U.A. de către A. Kinsey (deceniul 5 al sec. XX). Momentul poate cel mai semnificativ în sexologie se datorează curajului, compe-

tenței și perseverenței unui cuplu de terapeuți americani – dr. W. Masters și psiholog Virginia Johnson, care începând cu anul 1959 reușesc să pună la punct o tehnică terapeutică proprie, cu valențe aplicative acreditate. Ea se bazează pe o revizuire a concepțiilor existente asupra fiziologiei sexuale, prin redimensionarea acesteia din perspectivă psihologică. Ei împletesc analiza conflictelor de comunicare reciprocă în cuplul-pacient cu învățarea și exersarea unor conduite de rol adecvate actului sexual, revalorizând și reeducând modalitățile senzitive de expresie corporală ale cuplului. Procentul lor de succese terapeutice este remarcabil, așa cum rezultă din cartea de mare popularitate publicată în 1970, *Human Sexual Inadequancy*.

Deceniul 7 îmbogățește domeniul psihosexologiei cu „Raportul Simon" care reunește eforturile unui grup extins de sociologi, medici și matematicieni în a realiza o imagine completă și lipsită de prejudecăți asupra comportamentului sexual al francezilor, studiat pe o populație de 2652 de persoane. Reținem din acest celebru „raport" câteva date semnificative (după P. Bénichon și G. Sitbon, 1972):

- durata medie a raporturilor sexuale propriu-zise (exceptând durata preludiului): cca. 1 minut la 2%, 5–15 minute la 39%, 15–30 minute la 19%, peste 45 minute la 2%, în tot acest timp, femeile tac (60%) iar bărbații „spun cuvinte drăgăstoase" (53%). Este de remarcat faptul că cca. 64% dintre bărbați ar dori ca partenera să comunice cu ei în timpul raporturilor sexuale, majoritatea rămânând nesatisfăcuți din acest punct de vedere;

- cea mai frecventă poziție este cea „față în față" (a misionarului), indicată de 98%. Autorii raportului consideră că această poziție facilitează schimbul psihologic, interpersonal în comuniunea sexuală;
- femeile au raporturi sexuale mai des decât bărbații, recordul deținându-l cele de 20–29 de ani, care „fac dragoste" mai mult decât de 15 ori pe lună. În aceeași clasă de vârstă, doar 25% dintre bărbați ating aceeași frecvență;
- bărbații au mai multe partenere în viață (cca. 12), în vreme ce femeile au in medie 2 parteneri;
- primul raport sexual (inițiatic) a lăsat o amintire destul de satisfăcătoare numai pentru 50% dintre femei, în vreme ce pentru 74% dintre bărbați același eveniment le-a lăsat o amintire plăcută. Totuși, numai 7% dintre femei se declară decepționate după primele raporturi sexuale față de bărbați, la care 10% se declară decepționați și 14% foarte decepționați;
- bărbații supraevaluează în general capacitatea lor de a-și conduce partenera la orgasm (58% afirmă că reușesc acest lucru totdeauna în timp ce numai 44% dintre femei le dau dreptate);
- bărbații consideră că soțiile lor acceptă raportul sexual numai pentru a le face lor o plăcere, fără a avea de fapt dorință de aceasta (77%); femeile doar în procent de 43% afirmă despre bărbați același lucru;
- infidelitatea sexuală este declarată doar de 10% dintre femei și de 30% dintre bărbați.

Dintre tinerii sub 29 de ani doar 1–2% consideră infidelitatea ocazională ca normală, restul o declară „de neiertat". Aceasta subliniază faptul că fidelitatea sexuală rămâne principala caracteristică a căsătoriei, în special în primii ani. Bărbații tineri își înșală mai puțin soțiile decât cei mai vârstnici. La femei, situația se prezintă invers. Mărturisirea reciprocă a infidelității este afirmată de 15% dintre bărbați și femei, dar aproape 60% apreciază că din contră, „nu trebuie să i-o spui partenerului în nici un caz". În ceea ce privește atitudinea față de infidelitate, s-a constat o tendință de schimbare. Dacă altădată, pentru majoritatea ar fi constituit un păcat capital, în anii de după 1970, infidelitatea deși rămâne o greșeală, mulți sunt dispuși s-o absolve considerând-o atunci când e ocazională, scuzabilă ;

● tabu-ul virginității a fost cel mai mult zguduit în ultimile două decenii. La momentul căsătoriei sunt de 5 ori mai multe femei nevirgine decât erau cu 20–30 ani anterior ;

● în ce privește autoerotismul (masturbația) este considerată normală în dezvoltarea psihosexuală a individului până în momentul începerii raporturilor heterosexuale (cu un partener de sex opus) în mod consecvent. Se știe astăzi că masturbarea nu duce neapărat la „idioție", dimpotrivă, absența ei în totalitate poate fi neliniștitoare. Deculpabilizarea adolescenților în acest sens este absolut necesară pentru încurajarea și susținerea lor în inițierea și întreținerea raporturilor heterosexuale ;

● controlul nașterilor (contracepția) este apreciat ca benefic de marea majoritate a persoanelor (91%), considerându-se optim ca orice cuplu să-și poată alege singur momentul în care dorește să aibe copii.

Ne oprim aici cu concluziile raportului Simon, pentru a ne apropia mai mult de concluziile mai recente, ale unei alte anchete efectuate pe 2000 de americani de către două cercetătoare — Ruth Beesley și June Rainisch („The Kinsey Institute Raport of Sex", St. Martin's, 1990), care constată că revoluția sexuală a anilor 60 nu a schimbat prea mult lucrurile în domeniul sexualității. Femeile sunt mai informate în prezent cu privire la propria lor sănătate sexuală, dar bărbații dețin prioritatea în ceea ce privesc tehnicile sexuale, vădind mai multă curiozitate și inventivitate în desfășurarea actului sexual. Nivelul general de cultură a relațiilor sexuale continuă să rămână nesatisfăcător (din 2000 de persoane numai 5 au răspuns corect la 16 din cele 18 întrebări ale anchetei efectuate). Două sunt explicațiile pe care autoarele le avansează : persistența unui sentiment de jenă, la unii, o tendință la supraevaluarea propriilor cunoștințe la alții. Și în mintea americanilor din zilele noastre continuă să funcționeze „tipare atitudinale și comportamentale" *eronate*, cum ar fi :

● ideea că de regulă, viața sexuală încetează după 60 de ani ;

● ideea că de cele mai multe ori impotența ar fi de natură fizică, și că în consecință ar fi nevindecabilă ;

● părerea că masturbarea este dăunătoare din punct de vedere fizic, afectând echilibrul psihic dacă nu e urmată de contact sexual;

● convingerea că un bărbat nu poate avea un orgasm în absența ejaculării;

● ideea că femeile care se masturbează ar fi puține (în realitate, 75% dintre ele o fac);

● ideea că majoritatea femeilor ar prefera parteneri cu penis mare (în realitate dimensiunile penisului joacă un rol secundar);

● părerea că majoritatea femeilor ar ajunge la orgasm prin simpla executare a mișcărilor copulatorii, respectiv prin glisarea penisului in vagin. Eroare! În mod normal, orgasmul feminin se bazează pe un preludiu prelungit, tandru și imaginativ, iar strădania și răbdarea bărbatului de a-și satisface partenera este esențială. Așa se explică de ce violul nu provoacă nici o plăcere femeii, contrar părerii de-a dreptul periculoase a unui număr încă important de bărbați.

Trebuie să precizăm că *orgasmul sexual* este în *egală măsură* și *unul psihic*, putând fi considerat ca sumum-ul plăcerii și valorii pe care o ființă umană o conferă celeilalte, experiența mentală complexă de reducere a tensiunilor organice și psihice, constând în satisfacerea dorinței sexuale prin plăcere (voluptate sau gratificație erotică).

Sexologia este astăzi într-o relație strânsă cu psihologia și sociologia, iar cunoașterea, educarea și terapia comportamentului sexual este una din cheile importante în realizarea condiției civilizate a ființei umane.

CAPITOLUL II

De la identitatea sexuală la relațiile inițiatice

● Eternul feminin — eternul masculin

Mai mult decât oricând, cuplul modern afirmă importanța și valoarea psihologică a sexualității pentru autenticitatea și viabilitatea mariajului.

Sexualitatea, ca act interpersonal de gratificație mutuală și maximă valorizare a partenerilor prin dăruire de sine, ca mod de comunicare senzitivă și afectivă, constituie totodată și un act de cultură relațională intersexe. Dar ceea ce este mai puțin cunoscut și înțeles cu privire la sexualitatea umană este dimensiunea sa de *act de cunoaștere și autocunoaștere*, de descoperire și confirmare a sinelui prin intermediul celuilalt sex, de *identificare și dezvoltare a rolului masculin și feminin*.

Dacă raporturile sexuale în lumea animală reunesc un mascul și o femelă, conform programului instinctual, în scopul perpetuării speciei, în raporturile sexuale umane, „intâlnirea se produce mai ales în scopul revelării și împlinirii

prin complementaritate a două personalităţi care îşi caută cu frenezie confirmarea de sine, prin ceea ce au ele primordial – eternul feminin – eternul masculin.

În căutarea identităţii masculine şi feminine, relaţiile erotice iniţiatice conferă prima şi cea mai importantă cale de dezvăluire. În simbioză cu emoţia, cuvântul şi gândul, trupul devine mijloc de comunicare de cunoaştere a misterului vieţii de îmbogăţire a experienţei de autocunoaştere senzitivă şi afectivă.

Identitatea sexuală se construieşte şi se dezvoltă în general pe prototipul primelor relaţii erotice. De aceea nostalgia primei iubiri şi amintirea primelor relaţii sexuale rămân în experienţa de autocunoaştere şi autorealizare ca izvoare de referinţă. La ele ne reîntoarcem cu toţii mai mult sau mai puţin conştient în momentele de cumpănă, de criză afectivă, de intensă satisfacţie sau de plenitudine, în căutarea unui sâmbure regenerator de energie, de siguranţă, de recunoaştere.

Desigur că, reîntoarcerea mentală la momentul iniţiatic, se produce oricum, ca o mişcare bipolară în spirala evoluţiei noastre, chiar şi atunci sau poate mai ales când acesta păstrează o amintire angoasantă, psihotraumatizantă. Relaţiile adolescentului cu primul sau prima parteneră sunt angrenate pe fundalul relaţiilor lui cu părinţii, cu ceilalţi (colegi, cunoscuţi, prieteni, profesori, rude, etc.), cu mediul (sistemul de norme, prejudecăţi, concepţii funcţionale în acel moment în societate), cu lumea (condiţii materiale, spirituale, educaţionale).

Importanţa momentului iniţiatic este considerabilă pentru evoluţia ulterioară a adolescentului, în special pentru dezvoltarea disponibilităţilor sale erotice, a dorinţei sexuale şi a unui comportament psihosexual mereu perfectibil, receptiv, deschis şi finalizator.

Prima şi cea mai dificilă „cucerire" a adolescentului, din acest punct de vedere este accesul la „propriul său corp sexual", acceptarea identităţii sale sexuale nou conştientizată. Trezirea „fiinţei sexuale" îl poate perturba emoţional şi chiar psihosomatic (neurovegetativ). În unele cazuri, un adolescent cu o mare fragilitate psihică, mai labil şi mai puţin informat, sau crescut într-o atmosferă puritană şi restictivă, poate manifesta frică sau chiar repulsie, ură, faţă de acest „nou corp" care îi semnalează că există şi altfel decât până acum. El începe să sesizeze tendinţe, impulsuri uneori imperioase, dorinţe, nevoi mai puţin familiare şi oarecum inedite, un amestec de atracţie, de surpriză şi de reprimare, pendulând între tentaţia autonomiei şi autoconstrângere. Pradă bulversărilor sale emoţionale ce însoţesc mica sa criză de autoconştientizare a identităţii sexuale, adolescentul, de cele mai multe ori, reuşeşte să se obişnuiască de la sine cu „noua sa piele" şi cu noile trebuinţe ce îl proiectează într-o existenţă mult mai largă. Pe fundalul acesteia învaţă să-şi reveleze Eul său în curs de maturizare, Eul său în care nevoia de ALTUL pare să fie o măsură şi o cale a CONFIRMĂRII DE SINE.

Primele atracţii erotice, primele „exerciţii de admiraţie", primele „exerciţii de dorinţă şi de

iubire", culminează cu consumarea experienței sexuale inițiatice, care din păcate, multora dintre tineri le lasă un gust dulce-amar.

● Ce știu și ce nu știu părinții?

Mulți părinți se întreabă dacă fiul sau dacă fiica le va mărturisi „secretul inițiatic", dacă vor fi primii confidenți ai acestora. Alții dimpotrivă, se păstrează într-o distanță indiferentă sau chiar ostilă, evită să discute sau să se preocupe de „problemă", chiar dacă în mintea lor ea există ca o întrebare ce-și așteaptă răspunsul, nu fără o tensiune emoțională specifică. Aceasta cu atît mai mult cu cît cuplul părinților aflat el însuși la momentul de criză de la mijlocul vieții, proiectează în adolescent nostalgii, retrăiri, anxietăți, frustrații și chiar rivalități inconștiente. Așa se explică de ce raporturile părinților cu adolescenții aflați in perioada tatonărilor sexuale, se perturbă adesea, cel puțin în trei maniere:

● *depășirea granițelor autonomiei psihologice* atât de necesară adolescentului in maturizarea și identificarea Eului sexual-afectiv, prin imixtiunea „camaraderească" și sufocant-binevoitoare a părinților. Acești „părinți-colegi" (B. Golse, M. Bloch, 1987) își oferă cu perseverență și altruism sfaturile, dubitațiile și propriile lor anxietăți rezultate din experiență. Ei alterează de multe ori bucuria secretă și increderea în sine a tânărului inițiat, cu păreri, idei și trăiri inoportune și uneori chiar inductiv-negative. Deși deschiși afectiv și bine intenționați, acest tip de

părinți se amestecă în intimitatea abia descoperită de adolescent, producându-i adevărate bruiaje afective. Aceasta pentru că ei retrăiesc prin identificare cu el, propriile experiențe inițiatice, încercând chiar să compenseze trecute insatisfacții, regrete, nerealizări;

● *ignorarea granițelor autonomiei psihosociale a adolescenților de către părinți,* prin minimalizarea și reprimarea nevoii de confirmare și exercitare a identității sexuale a acestora. Raporturile tânărului cu „părinții-gardieni" sunt cele mai nefaste pentru integrarea viitoare a acestuia în cuplu și în general, pentru trăirea echilibrată a experiențelor sale amoroase. Părinții care manifestă ostilitate, agresivitate și conduite punitive, adesea umilitoare, induc tânărului sentimente de culpabilitate nejustificate, anxietate de relație cu orice partener, o falsă motivație a pudorii și „reguli" perimate de conviețuire socială, care continuă să persiste în anumite medii. Acestea consfințesc interdicția și blamul relațiilor sexuale, în special în afara căsătoriei sau la vârste considerate neconforme cu așteptările părinților. E de menționat faptul că există situații în care aceste limite ale vârstei acceptabile pentru inițierea sexuală, frizează absurdul, în special în cazul fetelor, părinții impunându-le păstrarea virginității până la 25–27 ani și condiționând-o evident, de căsătorie. Dar realitatea evenimentelor de cele mai multe ori nu se conformează acestor prejudecăți, deși „prețul" psihologic nu este deloc neglijabil... Acest tip de părinți generează frecvent reacții adverse adolescenților, care își înlătură „prizonieratul psihologic" ade-

sea prin instituirea bruscă a unor relații sexuale lipsite de dragoste, întâmplătoare, dar eliberatoare din punctul de vedere al autonomizării intenționale și al exercitării voinței personale. Experiența sexuală astfel consumată predispune ulterior la decepții, dezerotizare și ratare a relațiilor amoroase, fie prin inhibiție și prin culpabilitate, fie prin insatisfacția împlinirii orgasmice. În numeroase cupluri, disfuncțiile sexuale (frigiditate, ejaculare precoce, vaginism, dispareunie, impotență psihogenă) au la origine psihotraume generatoare de culpă și anxietate, datând, din perioadele de început ale raporturilor erotice care au fost ținta unor interdicții și blamări sociale în general, dar în special din partea părinților. Suspectarea, urmărirea și pedepsirea morală sau chiar fizică a adolescentului îndrăgostit, constituie conduite psihopatogene cu efecte la distanță, care afectează în mare parte echilibrul erotic al viitorului cuplu marital;

● *indiferentismul și ignorarea problemelor inițiatice sexuale* ale adolescenților de către părinți constituie o a treia cale de distorsionare precoce a posibilităților de armonizare erotică și maritală de mai târziu. Adolescenții ignorați de părinți suferă de un exces de autonomie, pe care îl resimt anxiogen și deprimant. Ei sunt de obicei, fie izolați și complexați, refuzându-și afirmarea identității lor sexuale, fie dimpotrivă, se pierd în tentația unor multiple, instabile și sărace legături erotice, în care superficialitatea este soră bună cu frica de relație, implicarea parțială este semnul unei slabe identificări de sine, nivelul dorinței fluctuează în planul aparențelor. Ade-

sea ei se tem sau nu știu să iubească și „de ce ar iubi"?! Sexualitatea lor rămâne cel mult un exercițiu mecanic, fără emoție sau mimând emoția, un exercițiu normativ de integrare în lume prin imitație, conform principiului „dacă toți o fac, o fac și eu". Pericolul este cu atât mai mare, cu cât unii părinți stimulează cu bună știință la adolescenții lor, practicarea actului sexual strict fiziologic, mecanic, neangajant afectiv, partenerul putând fi de fiecare dată altul sau indiferent, ca și cum dragostea s-ar face ca o conduită igienică sau doar ca o confirmare a stării de bună funcționalitate a organelor sexuale.

Desigur, „antidotul" acestor „excese educaționale", îl constituie dezvoltarea la tânăr a unui model comportamental autonom, bazat pe credibilitate, autostăpânire și dezvoltarea capacităților afectiv-altruiste liber manifestate în condiții de confort și siguranță a exprimării și pe fondul exersării continue a cunoașterii partenerului și a autocunoașterii.

Complexele de inferioritate privind masculinitatea și feminitatea sunt în mare parte împiedicate astfel să se instaleze, iar conduita maritală și cea erotică în special se pot dezvolta în limitele unui optimum funcțional.

Istoria însă rescrie continuu raporturile între generații și totodată normele și concepțiile care le reflectă. În zilele noastre, din interdicție și tabu, sexualitatea a devenit întrucâtva obligatorie și necesară. Statistic vorbind, adolescenții care nu au relații sexuale tind să fie considerați drept devianți și anormali. Această concepție

are însă și unele consecințe discutabile. Astfel, unii adolescenți care nu fac dragoste sau pentru care plăcerea erotică nu este sigură, se pot crede bolnavi sau anormali, așa încât sexualitatea riscă să se banalizeze și să se reducă doar la un simplu „certificat de bună sănătate" (B. Golse, M. Bloch, 1987). Sexualitatea obligatorie este însă departe de a revela misterul întâlnirii dintre cele două sexe și mai mult decât atât, îl ratează.

Există o vârstă ideală pentru primele relații sexuale și ce consecințe ar putea avea pentru personalitatea adolescentului, dar pentru reușita maritală? Cercetătorii familiei consideră că răspunsul nu este cert, dar că în cea mai mare măsură contează nivelul de *maturitate psihologică*, mai mult decât vârsta cronologică a tânărului. Momentul inițierii sexuale este bine să coincidă cu momentul „iluminării de sine", ceea ce poate favoriza coeziunea personalității și nevoia ei de afirmare. Mulți adolescenți reușesc intuitiv să decidă asupra momentului propice, alții din contră, ratează primele relații, ceea ce riscă să impregneze durabil calitatea vieții sexuale ulterioare și să împiedice accesul la orgasm (cu atât mai mult cu cât realizarea acestuia la primele încercări ține mai mult de mitul romanesc sau cinematografic și mai puțin de realitatea statistică).

Raportat la secolul trecut și la prima jumătate a secolului nostru, în ultimii ani se constată o scădere a vârstei primelor raporturi sexuale. În 1970, 25% dintre băieți și 13% dintre fetele din Franța, avuseseră o primă relație sexuală înainte de 15 ani. În 1980, 37% dintre liceeni și

19% dintre liceene „făcuseră dragoste" înainte de 16 ani. În cea mai mare parte a cazurilor, primele relații au loc între adolescenți de vârste apropiate, iar inițierile de către un adult experimentat par să fi ieșit din modă (idem op. cit.).

De câțiva ani, în sfârșit, se semnalează și o revalorizare a iubirilor platonice și a ancestralului tabu al virginității, într-o oarecare măsură resuscitat. Urmările acestei evoluții sunt încă greu de apreciat, statistic și prognostic.

Singura certitudine este cea care privește necesitatea păstrării unui „spațiu psihologic secret" al adolescentului în problema inițierii sale sexuale, ale cărei consecințe pentru viața de cuplu sunt consistente. Acest spațiu psihologic vizează în egală măsură autonomia și maturitatea afectiv-sexuală, fără a exclude însă o comunicare disponibilă și comprehensivă, bazată pe raporturi de încredere cu părinții. Este bine pentru echilibrul lui psihosocial, în cazul unui incident particular (decepție, angoasă, eșec) ca adolescentul să poată găsi în părinții săi un sprijin afectiv tăcut, dar încurajator, niște ascultători ideali. Lucrul cel mai important este nu să comunice obligatoriu totul, ci *să poată comunica atât cât simte nevoia*. În această privință el trebuie tratat cu considerație și încredere, suscitându-i astfel și încrederea în părinți. Mărturisirea nu trebuie să fie un gest de supunere și cu atât mai puțin o țintă a agresiunii.

Apropierea momentului inițiatic trebuie „presimțită" și pregătită de părinți cu delicatețe. În

acest sens abordarea problemelor, legate de contracepție și chiar apelul la un specialist (psiholog, psihosexolog) sunt de dorit, alături de tonusul afectiv pozitiv, optimismul și bucuria împărtășită cu tact, evitarea persiflărilor sau ironiilor, discreția, căldura și mai ales o nesfârșită dezinvoltură...

CAPITOLUL III

Alegerea partenerului conjugal — între hazard și certitudine

De la societățile tradiționale la cele moderne, alegerea partenerului conjugal ca act decizional personal parcurge drumul unor lungi metamorfoze. Sensul lor este acela al evoluției familiei de la un cadru instituțional rigid, stabil, extins și conservator, către unul de tip restrâns, nuclear, mobil și deschis. Criteriile opțiunii maritale s-au schimbat, în consecință, de la cele de tip „rațional", aproape exclusiv socio-economic și normativ, la cele de tip socio-afectiv și în special sexual-afectiv.

În familia tradițională, caracterul normativ-instituțional nu determină numai funcționalitatea familiei, ci și formarea acesteia. Astfel instituția prescrie cine se *poate* căsători sau chiar cine *trebuie* să se căsătorească în mod preferențial și cu cine (L. Roussel, 1989); tot ea încredințează părinților sarcina alegerii celor mai potriviți soți pentru copiii lor care să corespundă posibilității de a spori averea și de a asigura supraviețuirea liniei familiale. Astfel

„aranjarea căsătoriei” răspunde unor criterii raționale, inclusiv „calculului economic”.

Astăzi, nu numai că nimeni nu mai consimte să-și lase părinții în a stabili alegerea viitorului soț, dar orice „calcul” în această problemă este considerat rușinos, blamabil. Singurul care este acceptat ca explicație este sentimentul de dragoste mărturisit. Astfel imaginea cuplului modern a devenit negativul celui tradițional, fără drept de apel. Și deși afectivitatea a devenit astăzi „criteriu normativ” al căsătoriei, suntem încă departe de a înțelege pe deplin mecanismele mai subtile, inconștiente și conștiente, care prezidează constituirea unui cuplu. Cum se explică acele „afinități elective” care determină imperativ două ființe să-și lege uneori definitiv existențele? Ajung ele ulterior să se intercondiționeze?

Cele mai multe cercetări sociologice și psihologice, încercând să formuleze un răspuns la întrebarea „cum decid oamenii cu cine să se căsătorească?” rămân de cele mai multe ori la analiza criteriilor formale, obiectivabile în exterior și eventual măsurabile cu instrumente statistice. Astfel, printre primele criterii ale alegerii maritale, sesizate de către Pearson la începutul secolului, sunt cele psihomorfologice (persoanele de talie ridicată sau de talie redusă au tendința de a se căsători între ele mai frecvent decât la întâmplare). M. Smith observă frecvența asemănărilor între soți în privința formei mâinilor, lungimii antebrațului, a degetelor, culorii ochilor, părului și pigmentației pielii. Nielsen remarcă frecvența mariajelor „asortative” între persoane cu tulburări psihice, având predispoziții similare în a interacționa patologic. S-a observat de asemenea că în general persoanele cu deficiențe asemănătoare (surdo-muți, orbi) se căsătoresc între ele. Alți autori au constatat o corelație ridicată între nivelul de inteligență al soților.

Dintr-o altă perspectivă, se concluzionează că similitudinea factorilor geografici, sociali și culturali joacă un rol important în alegerea partenerului (A. Girard). Concordanța nivelului de instrucție, profesiunii și apartenenței la același mediu acționează ca un criteriu recunoscut al alegerii maritale, inclusiv în țara noastră (S. Chelcea, A. Chelcea). Mariajele de văduvi și de divorțați sunt de asemenea frecvente. S. A. Murell și J. G. Stachowiak au dezvoltat o teorie dinamică asupra cuplului conjugal, subliniind faptul că relația dintre soți conține într-o anumită măsură potențe conflictuale chiar de la constituirea ei, în consecință, această relație necesită modificări, fără de care relațiile reciproce satisfăcătoare între parteneri nu pot fi menținute. Autorii au în vedere faptul că în societatea modernă, în care alegerea partenerului pentru căsătorie este liberă, fiecare din cei doi soți își bazează selecția pe anticiparea că celălalt este cel mai indicat să-i satisfacă o serie de dorințe, este cel mai potrivit „pentru sine”. Acest lucru se întâmplă cu ambii parteneri, fiecare îl alege pe celălalt pentru sine, în speranța că-l va păstra o viață întreagă. Ulterior însă, în cadrul vieții în doi, fiecare așteaptă inițial ca celălalt să-l satisfacă pe el, să corespundă totul cerințelor

pe care le așteaptă, fără să înțeleagă că și de la el se așteaptă în aceeași măsură un anumit răspuns, la anumite așteptări. Așteptările partenerilor de cuplu pot fi convergente sau pot fi divergente (speranțele fiecăruia investite în celălalt să nu corespundă cu ceea ce este în fond celălalt).

Similaritatea socio-economică și socio culturală explică în mare măsură șansa alegerii maritale, dar nu justifică suficient actul decizional. Factorul psihologic și fizic par a avea o pondere tot mai importantă în încheierea unei căsătorii. Principiul alegerii și mai ales al coevoluției maritale (deci implicit al șansei partenerilor de a rămâne împreună cât mai mult timp) pare să fie mai curând cel al *complementarității* celor două personalități care se iubesc, evident în cadrul mai larg al unei similarități socio-culturale, (mediu, nivel de pregătire, statut social profesional etc.).

● „Secretele" afinităților maritale

Așadar, psihologia cuplului ne dezvăluie câteva dintre „secretele afinităților maritale prin câteva teorii extrem de cunoscute. Astfel, plecând de la teoria psihanalitică a lui S. Freud, A. V. Dicks consideră că în afara concordanței valorilor și normelor socio-culturale, există și un sistem de norme personale privind așteptările de rol conjugal (dobândite pe baza experienței de relație din familia de origine), precum și un sistem al „forțelor inconștiente" care generează un anumit

mod de comunicare afectivă între parteneri, de „schimburi", „oferte", „gratificații" și recompense sexual afective și spirituale. Domeniul „forțelor inconștiente" poate genera structuri de cuplu bazate atât pe similaritatea firilor (atitudinilor, comportamentelor, ideilor), cât și pe complementaritatea acestora (v. teoria nevoilor complementare a lui Winch). Evident, criteriile psihologice ale alegerii partenerului conjugal anticipă și explică într-o oarecare măsură și longevitatea căsătoriei ca și stilul evolutiv al acesteia. Cercetări diverse arată că există o tendință mai mare la „devitalizarea" și aplatizarea căsătoriilor bazate pe similaritate psihologică, în cazul cărora, între parteneri se produce o puternică identificare, în perioada de început a „iubirii totale".

Cuplurile maritale formate prin complementaritate, deși sunt mai dinamice, „mai zgomotoase" în evoluție, nefiind lipsite de crize mai mici sau mai mari de interadaptare, de obicei au o longevitate mai mare oferind partenerilor situații de relație menite să resuscite noi resurse în a se bucura unul de celălalt, în a-și fi mereu necesari.

Factorul fizic acționează prin intermediul modalităților erotice de expresie comportamentală și de comunicare, ca un stimul important care explică opțiunea maritală. *Expansivitatea senzitivă* și *„modelul" bioenergetic* al persoanei creează un *adevărat câmp de atracție sau de respingere interpersonală*, care explică în mare parte atracția și preferința irezistibilă pentru cel iubit. Funcționarea capacităților empatice, a *„dialo-*

gului" nonverbal, dar atât de plin de semnificații, a nevoii de dăruire, a intuirii intențiilor, dorințelor și așteptărilor celuilalt, toate corelate cu bucuria mereu prezentă a descoperirii „necunoscutului și surprinzătorului" din adâncul ființei acestuia, sunt doar câteva dintre mecanismele psihologice și psihosexuale care explică afinitățile elective din cuplu. De altfel, absența sau nemanifestarea lor conduce la indecizie în opțiune, iar în cazul în care totuși căsătoria s-a oficializat creează premisele dizarmoniei soților și implicit, ale dramei lor intime. Atracția fizică și psihică este resimțită sub forma unei tensiuni emoționale și de cunoaștere, care generează conduite, atitudini și acțiuni pozitive față de „subiectul atracției" menite să-i reveleze calitățile pe care cel ce se simte atras le intuiește, le dorește și le așteaptă. Conștientizarea motivelor atracției față de o persoană de sex opus conduce fie la permanentizarea și cristalizarea atitudinilor de valorizare alimentând noi necesități de cunoaștere și comunicare față de aceasta, fie la diminuarea tensiunii emoționale ca urmare a scăderii „nevoii de celălalt". în cazul în care acesta nu satisface expectațiile și aspirațiile proiectate în raport cu el. Atracția fizică și psihică față de o persoană de sex opus este resimțită uneori ca impuls și emoție irezistibil plăcută, ca fascinație dar se poate ușor epuiza după contactul direct, uneori fără reproducerea aceleiași tensiuni de atracție. În acest caz se produce o atracție superficială, imperios instinctuală, epuizabilă. În cazul în care atracția fizică și psihică persistă și crește odată cu apropierea

și intimitatea fizică și psihică a partenerilor, ea devine o sursă ce alimentează stabilizarea relației, necesitatea reluării, intensificării și dezvoltării ei în timp, inclusiv în cadrul căsătoriei. Nivelul de gratificație reciprocă devine condiție a menținerii și îmbogățirii atracției dintre parteneri, care se generează prin simetrie și reciprocitate. În cazul în care atracția și preferința interpersonală se manifestă unilateral, cuplul nu-și poate investi resursele afectiv emoționale în sens pozitiv, destabilizându-se treptat prin epuizarea atracției la partenerul ce se simte „atras" dar care se află în deficit de „ofertă gratificantă".

Pe de altă parte, atracția fizică și psihică dintre sexe, precum și posibilitatea de a se gratifica și valoriza erotic și spiritual sunt determinate de nivelul de manifestare mutual compensatorie a masculinității și feminității ca modele de *expresivitate* corporal-senzorială, verbală, afectivă. Iubirea autentică naște șansa de a-l revela pe celălalt, de a-l pune în valoare ca partener erotic și spiritual, a-l „emite" celorlalți în toată forța și frumusețea ființei sale, de a-i exacerba farmecul masculinității și feminității. De aceea, frumusețea fizică în sine este o falsă motivație a atracției și împlinirii erotice, pentru că doar masculinitatea și feminitatea revelată, exprimată și emanată prin actul iubirii devine frumusețea însăși și sursa satisfacției în cuplu.

Cu toate acestea, trebuie să admitem că *motivațiile conștiente și inconștiente ale alegerii maritale* reprezintă încă o problemă cu multe necunoscute, iar cele pe care suntem înclinați să le

considerăm accesibile cunoașterii noastre, nu explică și mai ales nu determină de cele mai multe ori evoluția căsătoriei, stabilitatea sau disocierea ei. Probabil că motivațiile inițiale ale alegerii maritale (atât cele socio-culturale cât și cele afectiv-senzitive), *numai în măsura în care se transformă ulterior în motive ale coexistenței de tip familial*, în adevărate *surse de regenerare a capacităților de „acțiune" și de „devenire" maritală, ele pot fundamenta dragostea ca mod de cunoaștere și dezvoltare a ființei umane*, deci pot condiționa implicit satisfacția maritală. Altfel, alegerea partenerului poate rămâne sub semnul hazardului, un exercițiu de maturitate sau doar o promisiune de împlinire. Pentru că metamorfoza motivelor începe abia după căsătorie... și timpul este unicul magician.

CAPITOLUL IV

Iubirea conjugală — aparență sau realitate?

Fuziune și autonomie

„O singură pasiune, dragostea, este capabilă să răspundă la nevoia umană de comuniune cu lumea, respectând întru-totul integritatea și individualitatea ființei" este de părere E. Fromm (1983).

Este oare iubirea conjugală doar un sentiment durabil și profund care unește bărbatul cu femeia, este ea doar expresia „pură și absolută" a comunicării prin care Sinele „își împlinește făptura printr-un Altul, care trebuie să fie în cele din urmă un alt Eu însumi"? (C. Mircea 1979). După opinia noastră, înglobând sensul generic al dragostei, iubirea conjugală *reală* tinde să fie într-o oarecare măsură și altceva. Ea este *creația comună a două personalități, una prin intermediul celeilalte*, un mod autentic de a fi „unul cu celălalt, unul prin celălalt și unul pentru celălalt", un mod complet de a conviețui prin intercomunicare, intercunoaștere și intermodelare, în sensul dezvoltării și împlinirii celor

două persoane angajate, în completa lor ființare biopsihosocială.

Căsătoria ne apare astfel ca o *experiență fundamentală de maturizare psihosocială*, desfășurată la intersecția atât de neliniștitoare dintre tendințele și nevoile (contrare, dar indisociabile) de fuziune și autonomie. Interacțiunea conjugală naște și renaște iubirea dintre soți, care ca însăși are forța de a metamorfoza comportamente, atitudini, motivații, disponibilități de rol nebănuite, aspirații și idei, îmbogățind și maturizând continuu profilul afectiv-spiritual al bărbatului și femeii. Dar tot interacțiunea maritală, atunci când se structurează astfel încât nu permite dezvoltarea și „creația mutuală" a personalităților consorților, este cea care „ucide" și „alienează" iubirea sau nici măcar nu îi permite să se constituie.

Se confundă adesea iubirea cu mirajul îndrăgostirii și mulți se așteaptă ca acesta să se perpetueze la infinit, ceea ce expune cuplul, evident, decepției, atunci când „devoalarea" în intimitate se produce fie brutal, fie neconform cu așteptările mutual proiectate. Aceasta se întâmplă pentru că „starea de grație" a îndrăgostirii exaltă nevoile de fuziune dincolo de înțelepciunea acceptării și respectării granițelor de autonomie ale celuilalt. „Ceea ce apare într-o căsătorie sau într-o iubire liberă este o puternică tentație de a te lăsa complet absorbit de altul, de a-ți pierde orice rezervă, atât spirituală, cât și fizică. Totuși în cea mai mare parte din cazuri, acest abandon amenință probabil serios viitorul relației", preciza Georg Simmel (1964). Astfel,

relația îndrăgostiților îi proiectează într-o lume „nouă", în care, dincolo de tot ceea ce au simțit până acum, experiențele lor amoroase trecute, nu sunt decât palide umbre ale celei actuale. În mod miraculos, fiecare simte și gândește că-l cunoaște pe celălalt empatic și cumva din interior, o simplă dar semnificativă privire fiind mai decisivă decât un lung dialog cu partenerul. Concomitent, ființa iubită apare de o bogăție inepuizabilă. Ea este necunoscutul, neașteptatul, surprinzătorul, cea căreia este greu să-i sesizezi totalitatea, pe măsură ce timpul se scurge... Iată că pentru o ființă pe lume, cel iubit a devenit singular și ireductibil. Este ca și cum fiecare și-ar găsi propria identitate în același timp în care o descoperă pe a celuilalt (L. Roussel, 1989). „Deodată o altă ființă mi-a spus că sunt toată rațiunea ei de a fi. Iată, în sfârșit, că pentru ea sunt nu numai agreabil, ci și necesar", gândește îndrăgostitul. Prin această relație unică, ce reușește să „rupă" regimul obișnuit al relațiilor fiecăruia, îndrăgostiții se simt de-a dreptul „singuri pe lume", încercând bucuria secretă a unei re-nașteri, întemeiată pe gratuitatea sentimentului iubirii. Această revelație este produsă de faptul că acest sentiment nou apare între două ființe care până atunci nu se cunoscuseră... Totul se petrece ca și cum fiecare ar fi descoperit în sine o ființă nouă, până atunci latentă și deodată trezită. În sfârșit, sentimentul iubirii — este de părere Roussel — mai înainte de orice constă în această reciprocă dăruire de o nouă identitate, sau mai precis de ceea ce este perceput de unul și de

celălalt *drept noua lor identitate*, ieri încă secretă, astăzi exaltată. Şi totuşi iubirea nu este „oarbă"... Printr-o ciudată metamorfoză, slăbiciunile şi chiar defectele devin calităţi, obiecte de adorare, ca şi cum s-ar transfigura prin simplul fapt că aparţin fiinţei iubite. Valoarea acordată celuilalt nu ţine atât de meritele sale, cât de acest har al transfigurării reciproce. „A iubi şi a fi iubit nu este altceva decât percepţia vie şi rapidă a existenţei sinelui, făcându-l să existe pe celălalt" (R. Musil, 1956).

● „Capcanele iubirii aparente"

„Dragostea adevărată este drumul în doi spre lumina unui ideal comun", spunea J. D'Hormoy, dar cât de lesne se poate întrerupe acest drum când partenerii sunt tentaţi de propriile lor „drumuri interioare", la capătul cărora „luminează" în locul idealului comun singurătatea propriului lor Eu.

Drumul de la iubirea aparentă la iubirea reală se constituie într-o subtilă şi adesea complicată devenire, nelipsită de neprevăzut şi uneori, întreruptă de regrete, suferinţe, deziluzii, abandon. Dragostea conjugală, spre deosebire de dragostea în afara căsătoriei este mai puţin romantică, spectaculoasă şi entuziastă, dar în mai mare măsură lucidă, profundă, completă şi stabilă. Ea este mai puţin tulburătoare emoţional, dar nu mai puţin dramatică prin procesul metamorfozelor creatoare ale rolurilor şi comportamentelor. Ea este mai puţin vibrantă, posesivă şi imprevizibilă dar mult mai calmă, echilibrată şi generoasă. Desigur că orice iubire neconjugală care câştigă în profunzime şi necesitate mutuală tinde să se transforme în mod firesc într-o iubire conjugală, fie ea şi în cadrul unei uniuni libere, neoficializate prin căsătorie. Căsătoria pare să fie necesară, dar nu şi suficientă sau obligatorie pentru ca iubirea conjugală reală să se dezvolte.

„Aparenţa" în iubire, ca formă disimulativă a egocentrismului şi inaptitudinii relaţionale autentice, capătă o diversitate de manifestări şi formule comportamentale care conturează anumite „stiluri şi tipuri" de parteneri. Astfel, soţul excesiv de laudativ şi admirativ la adresa soţiei manifestă o tandreţe demonstrativă pe „scena socială" a grupului de prieteni, rude sau cunoscuţi, ceea ce nu-l împiedică în intimitate să devină mai puţin activ, uneori posac şi capricios, ostil sau indiferent faţă de parteneră. Soţia excesiv de supusă şi de docilă faţă de soţ, deşi mimează continuu necesitatea şi satisfacţia primirii unui sprijin şi protecţii afective din partea acestuia, decide şi acţionează în fond de cele mai multe ori singură, sigură pe sine şi independentă, tentată să minimalizeze prezenţa şi eficienţa psihică a soţului. Ea „joacă" uneori cu succes „partitura" îndrăgostitei, dar cel mai adesea disimulează egoismul, imaturitatea şi în ultimă instanţă, inaptitudinea de a iubi real. Iubirea „de faţadă", iubirea afişată demonstrativ, iubirea dovedită sau întărită prin oferte materiale (cadouri, surprize, etc.), iubirea „de culisă" ascunzând tentaţii adulterine, sunt tot

tâtea alternative posibile ale iubirii aparente, ıautentice, mimate, artificializate prin conven-onalism sau chiar distorsionate.

Partenerii angajați „în jocul interacțional al ıbirii aparente" prezintă de obicei anumite ructuri de personalitate, nepregătite pentru est tip de comuniune completă și matură sau ɔt fi inapti din punct de vedere relațional să angajeze într-o parteneritate conjugală vi-lă, mutual împărtășită. Nu ne referim aici la ște „defecte" de personalitate sau la dizar-onii comportamentale din sfera psihopatiilor u caracteriopatiilor. Încercăm să surprindem ar în marea diversitate a manifestărilor iu-rii, în sfera largă a normalității psihice, câteva ntre tipurile și formele substitutive, imature u incomplete ale iubirii reale, care ar putea nstitui „capcanele iubirii aparente".

Iubirile tranzitorii sau „sindromul lui Don an", Există unele persoane cu o mare sensi-itate la stimulii erotici din mediu, mereu în ıtare de inedit și de schimbare, de diversitate nevoie de experimentare, adesea insațiabili ctiv sau doar hipoafectivi dublați de o curio-ıte erotică vie. Sensibilitatea lor afectivă vi-ază în sfera trăirilor și emoțiilor, dar dimi-ază în planul stabilității, constanței și pro-zimii sentimentelor, conturând un stil in-bil și superficial de a fi în raporturile de dra-e.

ubirile egoiste constituie o altă fațetă posi-a aparenței și inautenticității acestui senti-t și mod de intercomunicare. Partenerul iubește egoist manifestă o remarcabilă ten-

dință la dominare, autoritarism, orgoliu excesiv în raport cu celălalt, iubindu-l pe acesta doar în măsura în care el devine „plastilină" modela-bilă după bunul-plac al partenerului „tiran". El încearcă „să absoarbă și să dilueze" psiho-logic personalitatea celuilalt în conformitate cu propriile proiecții și expectații, încălcând fla-grant principiul simetriei și homeostaziei în cuplu.

„Iubirea-compromis" este mai frecventă în unele cupluri în special după consumarea unei vieți conjugale relativ îndelungate. Aceste cu-pluri, deși prezintă o aparentă armonie inter-personală, în realitate duc o viață conjugală subminată de frustrații reciproce, de insatisfac-ții latente acumulate, de ostilități mai mult sau mai puțin manifeste. Ele încearcă „să salveze" aparența iubirii pentru și de dragul copiilor, în ideea menținerii și exercitării rolurilor paren-tale. Concesia afectivă și relațională pe care de obicei unul dintre soți o face celuilalt, exprimă adesea un compromis psihomoral. Astfel, soția mimează ignorarea sau tolerarea evaziunilor și indiferentismului sexual-afectiv al soțului, pen-tru „a le păstra copiilor tatăl". Soțul iartă micile sau mai marile rătăciri ori răceala afectivă a soției, spre „a le salva copiilor mama". În unele cupluri, iminent scindate psihologic și sexual, „iubirea-compromis maschează necesitatea men-ținerii unor relații materiale bine consolidate, imposibilitatea partenerilor de a renunța la bu-nurile și valorile obiectuale dobândite în comun, ca și la obiceiurile și normele conviețuirii sociale statuate. Teama de „judecata socială", adesea

aspră şi neconcesivă, de oprobiul public, acţionează în astfel de cazuri ca o pârghie de mobilizare a resurselor cuplului în sensul menţinerii sale pe traiectoria unei „iubiri-aparente" confecţionate prin compromis. În astfel de cazuri se conturează fenomenul „vieţilor-paralele" sau, în cel mai bun caz, al unei cooperări formal-eficiente în special pe parametrii economici ai relaţiilor de familie, soţii transformându-se în doi colaboratori cointeresaţi, lucizi, lipsiţi aproape total de vibraţia comuniunii afective. Ei constituie un nucleu familial „tehnicizat", „robotizat" şi prin aceasta distorsionat şi incomplet, ca într-o hilară asociaţie contractuală numită „Familia". Şi dacă cel puţin în primii ani copiii sesizează mai greu ruptura afectivă reală dintre părinţii lor (în condiţiile, în care ea este, să presupunem, bine disimulată), ulterior, a vârstele şcolare, în special la pubertate şi adolescenţă, rezonanţa negativă a acestei realiăţi funcţionale se amplifică destructiv în conţtiinţa lor, stigmatizându-le propriul fond afeciv, conducându-i la derută de identificare şi de udecată afectiv-morală.

Iubirea incompletă apare adesea ca o formulă arţială, amputată a iubirii reale, care sărăceşte i unilateralizează conţinutul iubirii reale, amlificând sau diminuând nepermis unele dintre ormele de comunicare şi interacţiune în cuplu, a cele sexuale, afective, decizionale şi execuorii, relaţionale, valoric-spirituale. Cu alte cunte, iubirea incompletă apare în cadrul unor ıpluri al căror stil de viţă este marcat de dezeilibre în intercomunicare şi interacţiunile specifice convieţuirii maritale. Astfel, fie că se dilată modelul relaţiei aşa-zis „cerebrale" în dauna celei erotic-sexuale", fie că lucrurile se petrec invers, relaţia maritală apare ca nesatisfăcătoare pentru ambii. Există consorţi hiperlucizi, cerebrali care comunică de obicei armonic în planul ideilor, concepţiilor, acţiunilor şi intereselor comune, fiind adesea doi excelenţi colaboratori şi prieteni, dar bucurându-se mult mai puţin sau deloc de comuniune erotică-sexuală. La celălalt pol, se situează soţii aflaţi într-o autentică interdependenţă bio-afectivă, dar cu reale dificultăţi şi contradicţii în planul ideilor, aspiraţiilor, sferei de interese, concepţii şi atitudini. Şi într-un caz şi în celălalt, iubirea incompletă face loc rapid disfuncţiilor conjugale, contribuind la devitalizare a căsniciei, fie prin dezerotizare, fie prin exces şi saturaţie erotică. În aceste condiţii se naşte cel mai mare duşman al căsătoriei — plictiseala (T. H. Van de Velde).

O altă formă a iubirii incomplete o regăsim în cadrul unor cupluri de îndrăgostiţi adolescenţi. Este vorba de iubirea timidă neîmpărtăşită, de obicei unilaterală, consumptivă sub aspectul intensităţii trăirilor erotice şi însoţită frecvent de un sentiment de frustraţie, de complexe de inferioritate, de blocaje şi inhibiţii în comunicarea cu cel iubit, care se transformă uneori în veritabile gafe sau în mici sau mai mari drame adolescentine. Există frecvent la aceeaşi perioadă de vârstă, dar din păcate şi la vârste mai înaintate, o formulă nu numai incompletă, ci şi falsificată „a iubirii, pe care ne-am permite s-o numim „iubirea fictivă, iluzorie sau imaginară". Cei în

cauză se îndrăgostesc de persoane cu care, de cele mai multe ori, nu intră într-un contact real și complet, captivați fie de firul propriilor reverii erotice, fie confundând regretabil atracția erotică pentru o persoană nepotrivită (ca în cazul diferențelor mari de vârstă) cu iubirea reală. Bărbatul între 50—60 de ani, îndrăgostit subit de o tânără ce abia a pășit pe porțile adolescenței, asemenea tinerei de 17 18 ani „tulburată" de imaginea actorului preferat, sau tânărului adolescent „mut de admirație" în fața profesoarei sale de 40 de ani, constituie ipostaze exemplificatoare ale iubirii fictive.

Comportamentul erotic — forme de manifestare

Într-adevăr, dragostea, cu puterile ei miraculoase, menține pe durate nedeterminate relațiile interpersonale, cuplurile de prieteni, de căsătoriți, de părinți și copii, relațiile dintre rude etc. Deși toate aceste forme au o serie de elemente comune, cum ar fi înțelegerea mutuală, primirea și acordarea ajutorului și suportului psihologic, atracția și preferința interpersonală, bucuria și plăcerea de a fi împreună etc., dragostea, ca relație erotică, se deosebește fundamental de alte tipuri de interrelații. Și această deosebire vizează atât elementele structurale constitutive, cât și modalitățile de reglare a relaționării interpersonale. Comportamentul erotic este deosebit de complex și multiplu determinat, luând în particular înfățișări extrem de variate, cu reacții și forme de

manifestare uneori complet imprevizibile. Cercetătorii din domeniul științelor sociale recunosc faptul că, dintre toate formele de relaționare interpersonală, dragostea ridică cele mai multe probleme în calea intențiilor investigative. Prima și cea mai dificilă întrebare se referă la posibilitățile științifice de „măsurare" a dragostei. Dacă pot fi măsurate agresivitatea, altruismul etc., în ce măsură poate fi cunoscută și măsurată dragostea? O asemenea întrebare a preocupat pe mulți cercetători de-a lungul timpului (Meyers, 1990).

Astfel, de exemplu, psihologul Robert Sternberg (1988) a „văzut" dragostea ca pe un triunghi ale cărui laturi, de lungimi diferite, sunt *pasiunea*, *intimitatea* și *obligația*. Din combinarea acestor dimensiuni rezultă mai multe forme de manifestare a dragostei și anume: dragostea *asociativă* (intimitate + obligație); dragostea *romantică* (intimitate + pasiune); dragostea *completă* (intimitate + pasiune + obligație); dragostea *naivă* (pasiune + obligație); dragostea *golită* (numai singură obligația). Sociologul John Alan Lee (1988) și psihologii Clyde Hendrick și Susan Hendrick (1986, 1988) au identificat trei stiluri primare de manifestare a dragostei — *eros* (pasiune), *ludus* (joc) și *storge* (prietenie), care pot fi combinate, precum culorile primare, rezultând stiluri secundare de manifestare a dragostei. Pe de altă parte, Zick Rubin (1970, 1973) a identificat alți factori reglatori ai comportamentului erotic și anume: *atașamentul*, *susținerea emoțională* și *intimitatea*. Pentru fiecare factor a fo

mulat itemi (întrebări) alcătuind, astfel, o scală de măsurare a dragostei (Love Scale), pe care a aplicat-o pe sute de cupluri din Universitatea din Michigan.

Modul de adaptare și implicare psihocomportamentală a subiecților este diferit în funcție de forma de dragoste manifestată. Astfel, *dragostea pasională* este deosebit de intensă, acaparatoare și predominant emoțional-afectivă. Hatfield (1988) o definește ca fiind „starea unei dorințe intense pentru uniunea cu altul" (p. 193, apud Meyers, 1990, p. 434). Dacă dragostea pasională este reciproc manifestată, subiectul se simte satisfăcut, mulțumit și vesel iar dacă nu, el este chinuit și deznădăjduit.

Deși dragostea pasională se manifestă frecvent ca un foc care arde intens, ea se potolește uneori brusc sau, alteori, după o perioadă mai mare de timp. Mai exact, după unii autori, ea poate dura de la câteva luni până chiar la 2 ani (Meyers, 1990). Însă nivelul de implicare, de trăire, de investire afectivă a partenerilor într-o relație bazată pe o dragoste pasională pare a fi diferit în funcție de apartenența lor la un anumit sex. Astfel, studiile efectuate până acum au evidențiat și unele rezultate considerate într-o anumită măsură surprinzătoare și anume : deși, în general, se consideră că femeile se îndrăgostesc mult mai ușor decât bărbații, în realitate situația este exact inversă (Dion et Dion, 1985 ; Peplan et Gordon, 1985) ; ● bărbații mult mai greu se „dezîndrăgostesc" și există o mai mică probabilitate, decât în cazul femeilor, ca ei să inițieze o întrerupere a romanței premaritale ; ● totuși,

femeile îndrăgostite sunt la fel de adânc implicate emoțional precum partenerii lor și chiar depășindu-i uneori ; ● femeile în mai mare măsură decât bărbații, sunt concentrate asupra elementelor de intimitate ale relațiilor interpersonale, în timp ce partenerii lor acordă mai multă atenție aspectelor ludice și fizice ale relației.

Dacă relația dintre partenerii cuplului erotic se menține mai mult în timp și se stabilizează, păstrând totuși o mare încărcătură emoțională, ea va căpăta forma *„companionate love"* (Hatfield, 1988), adică forma dragostei de durată, profundă a companionilor de viață. Mai exact, „companionate love" este afecțiunea pe care o simțim pentru cei cu care viața noastră este strâns împletită" (apud Meyers, 1990, p. 438).

Spre deosebire de forma intensă, uneori extrem de intensă a dragostei pasionale, cu efecte perturbatoare chiar asupra comportamentului social adaptativ, „companionate love" ia forma unei relații afective stabile, profunde, reale, cu un atașament reciproc împărtășit dar cu forme mai puțin „zgomotoase" de manifestare emoțional-erotică. „Răcirea" dragostei pasionale de-a lungul timpului face loc, treptat, altor factori reglatori ai comportamentului interpersonal, cum ar fi, de exemplu, sistemul de valori comune, de atitudini și preferințe etc. Uneori, însă, „răcirea" dragostei pasionale și romantice atrage după sine o perioadă de deziluzie, mai ales pentru cei care consideră că această formă de manifestare a dragostei este esențială pentru menținerea căsătoriei. Unii autori chiar încearcă să explice creșterea puternică a ratei divorțului în ultimele

două decenii ca fiind datorată, pe de o parte, creșterii importanței acordate experienței emoționale pozitive și deosebit de intense și, pe de altă parte, imposibilității de a menține mai mult timp asemenea formă de relaționare erotico-sentimentală.

Continuarea tipului de relație și stabilizarea cuplului interpersonal, bazat pe „companionate love", de-a lungul timpului depind nu atât de comportamentul individual al fiecărui membru (în ce măsură expectațiile, așteptările, dorințele, preferințele individuale în raport cu partenerul său sunt satisfăcute), cât mai ales de comportamentul lor *interpersonal* (în ce măsură expectațiile partenerilor sunt reciproc satisfăcute). Nevoia de altul este acoperită pe măsură ce comportamentul relațional cu partenerul satisface dorința și nevoia acestuia de menținere a cuplului.

Așadar, o relație deplin echilibrată ce se bazează pe forma „companionate love" presupune existența mai multor subtipuri de comportament interpersonal. Astfel, fiecare partener trebuie să manifeste în relaționarea cu celălalt membru al cuplului interpersonal ceea ce Sidney Jourard a numit *autodezvăluire* (self-disclosure) sau ceea ce Dalmas Taylor (1979) și Irwin Altman (Altman and Taylor, 1973) au numit *penetrare socială* (social penetration). Pe măsură ce ambii parteneri manifestă această tendință tot mai intens de-a lungul timpului se produce o mai mare apropiere și o mai accentuată întrepătrundere psihologică și psihosocială. Gradul de cunoaștere interpersonală crește treptat, tinzând către nivelul dorit și așteptat de către ambii membri ai cuplului. Diferiți cercetători au subliniat faptul că lipsa unor asemenea posibilități de manifestare a intimității poate cauza apariția sentimentului dureros al singurătății (Berg et Peplan, 1982 ; Solano et al., 1982).

Unul dintre cele mai importante efecte ale dezvăluirii îl constituie însă *dezvăluirea reciprocă*, deschiderea cât mai largă a canalelor de comunicare și punerea „în contact" direct ale unor elemente structurale componente ale psihologiei personale. Investigațiile efectuate în această direcție au confirmat pe deplin această concluzie și anume : dezvăluirea produce dezvăluire (Berg, 1987 ; Reis et Shover, 1988). Tendința de dezvăluire este proporțională cu gradul de deschidere manifestat de către celălalt partener. Ea progresează exact ca și un dans : „eu dezvălui puțin, tu dezvălui puțin ; apoi tu dezvălui mai mult și eu voi proceda la fel" (Meyers, 1990, p. 440). Autodezvăluirea însă, deși este sigur gratifiantă, nu conduce automat la activarea sau reactivarea sentimentului de dragoste. Astfel, cercetările au arătat că, în general, în timp ce ne place foarte mult de cei care sunt parteneri pentru propria noastră autodezvăluire (R. L. Archer et al., 1980), nu întotdeauna iubim pe cei care ni se dezvăluie prea mult (Archer et Burleson, 1980 ; Archer et al., 1980). De exemplu, cineva care, foarte devreme și foarte repede după ce facem cunoștință, se grăbește să ne furnizeze cât mai multe detalii intime, poate fi considerat ca fiind

indiscret, imatur şi chiar instabil (Dion et Dion, 1978; Miell et al., 1979).

Chiar dacă autodezvăluirea intimă nu produce direct atracţia interpersonală, ea pare a fi una dintre plăcerile şi bucuriile principale ale dragostei complete. În cadrul cuplurilor interpersonale, inclusiv a celor maritale, în interiorul cărora există tendinţa de creştere a autodezvăluirii reciproce, partenerii se declară tot mai intens satisfăcuţi de relaţia lor şi, totodată, creşte probabilitatea ca ei să se menţină în cadrul acestor relaţii (Berg et McQuinn, 1986; Hendrick et al., 1988; Sprecher, 1987). Chiar dacă gradul de deschidere în ceea ce priveşte relaţionarea interpersonală este foarte mare iar partenerii sunt conştienţi şi sincer dispuşi să se dezvăluie reciproc, comportamentul lor concret, efectiv este în mare măsură influenţat de o serie de factori externi, cum ar fi, unele norme, valori, reguli social-culturale care reglează comportamentul indivizilor. De exemplu, cercetările au evidenţiat faptul că femeile adesea sunt dispuse să dezvăluie temerile şi slăbiciunile lor mult mai mult decât bărbaţii (J. Cunningham, 1981). Desigur, pe măsură ce, la nivel social, scad diferenţele dintre femei şi bărbaţi, datorate rol-status-ului asociat sexului, aceştia din urmă sunt tot mai mult dispuşi să-şi dezvăluie elemente şi componente ale vieţii lor intime (Meyers, 1990).

Pe de altă parte, în ceea ce priveşte cuplul marital, comportamentul de relaţionare interpersonală a soţilor este în mare măsură reglat de către modelul promovat şi acceptat la nivel social, existând în această direcţie diferenţe mari

între diferite comunităţi, grupuri şi subgrupuri sociale. În cazul în care, de exemplu, există anumite norme sociale restrictive pentru conduita partenerilor conjugali în anumite contexte socio-interacţionale, aceştia nu vor percepe ca inechitabilă relaţia lor şi nu se vor simţi frustraţi din această cauză. Ba, dimpotrivă, când vor constata la alţii „abateri" ale conduitei de la unele prescripţii socioculturale, ei vor reacţiona, fie exprimându-şi surpriza şi nedumerirea, fie activ, respingând, criticând şi defăimând asemenea acte comportamentale.

Desigur, pentru ca, în general, relaţia dintre soţi să fie considerată echitabilă, trebuie să existe între ei o anumită egalitate şi în ceea ce priveşte „investiţiile" (cele de natură fizic-materială şi cele de natură psiho-cognitivă şi psihoemoţională), cât şi „rezultatele" obţinute (gradul de mulţumire şi satisfacţie resimţit, nivelul de împlinire a aşteptărilor, expectaţiilor şi aspiraţiilor orientate în direcţia relaţionării cu celălalt. Când acest raport însă, devine mai mult favorabil unuia dintre cei doi parteneri (unul mai mult investeşte şi celălalt mai mult beneficiază şi profită), relaţia devine asimetrică, inechitabilă, necesitând intervenţii corective sau, îndreptându-se, treptat, spre starea de dezorganizare totală. Cu toate acestea, pot exista cupluri interpersonale, inclusiv maritale, în cadrul cărora diferite forme de asimetric sunt „justificate" de către parteneri apelând la unele aspecte tradiţionale privind adoptarea şi exercitarea rolului respectiv. Dacă soţia este influenţată sociocultural în sensul de a fi convinsă că are exclusiv

esponsabilitatea treburilor casnico-menajere, nu a percepe ca fiind inechitabilă relația sa cu oțul sau în cazul în care acesta nu o va ajuta u nimic în această direcție. Sau, dacă ea „știe" ă este normal ca soțul să nu-i spună ci totul „că așa-s bărbații!"), nu se va simți frustrată cesta îi va dezvălui foarte puțin sau deloc din spectele sale intime.

Deși influențele socio-culturale și a modelelor radiționale nu pot fi ignorate, așa după cum au vidențiat cercetările efectuate, dezvăluirea reciprocă a partenerilor este unul din canalele deosebit de importante pentru realizarea comunicării i întrepătrunderii lor psihologice. De asemenea, n cazul în care acest canal este folosit într-o nanieră echilibrată de către cei doi, el contribuie la întărirea și menținerea sentimentului de dragoste și, totodată, a cuplului interpersonal. În afară de această modalitate directă, există și alte canale de comunicare indirectă, cu efecte de tip feed-back asupra comportamentului fiecărui partener. Oricare membru al cuplului marital se „racordează" și se „deracodează" de la „rețelele" emoțional-afective ale relației interpersonale în funcție de gradul de potrivire dintre modelul real al comportamentului partenerului său, mai ales în raport cu sine și modelul său ideal de conduită, cel așteptat, dorit, preferat. Dragostea nu este dată odată pentru totdeauna și ea se „alimentează" mereu din confruntarea dinamică, permanentă a celor două personalități, fiecare având dreptul de a fi gratificat dar și

obligația de a gratifica pe celălalt. În momentul în care însă, distanța dintre cele două tipuri de modele comportamentale — real și ideal — crește tot mai mult, relația se golește afectiv, dragostea autentică, reală, sincer exprimată dispare. „Și dacă dragoste nu e..."

CAPITOLUL V

Gelozia și semnificațiile ei „ascunse"

Gelozia, la fel ca și dragostea, este dificil de definit și aceasta datorită, în primul rând, marii diversități a manifestărilor comportamentale ale celor care „suferă" de gelozie. Knox (1984) o definește ca fiind „un set de emoții care apar când o persoană privește relația erotică cu persoana iubită ca fiind amenințată. În acest caz, sentimentele specifice sunt : teama de pierdere sau de abandon, anxietate, durere, apărare, vulnerabilitate și lipsa de speranță". Gelozia poate apare în orice tip de relație, inclusiv cea de prietenie și este dificil de evitat.

La fel ca și dragostea, gelozia poate apare în variate forme. Mazur (1973) descrie șase tipuri :

1. „*Gelozia-invidie*" este strâns legată de nivelul de autoestimare ; ea apare când o persoană simte că partenerul este mai bun și că această superioritate amenință relația. Acest tip de gelozie rezultă adesea în preocuparea exagerată pentru sine, autocompătimire sau depresie.

2. „*Gelozia-posesivă*" se dezvoltă în baza simțului posesiunii și a nerecunoașterii faptului că

partenerul are o identitate separată. Adesea persoana care manifestă forma de gelozie posesivă caută să obțină „putere" asupra partenerului.

3. „*Gelozia-excludere*" pornește din sentimentul de a fi exclus sau neglijat și poate să crească datorită timpului pe care partenerul îl consumă în cadrul preocupărilor profesionale, al activităților de recreere și destindere sau în cadrul relațiilor întreținute cu alte persoane.

4. „*Gelozia-competiție*" este, de asemenea, legată de autocunoaștere, autoestimare și de nepotrivirile cu partenerul percepute. Adesea realizările și afirmările unui partener sunt percepute ca o amenințare pentru imaginea despre sine a celuilalt partener, conducând la conturarea unor sentimente de inadecvanță și neliniște.

5. „*Gelozia-egocentrică*" este strâns legată de roluri și apare când un partener eșuează în a permite și favoriza pe celălalt să-și exprime individualitatea, deși se așteaptă și pretinde ca acesta să-și îndeplinească rolul tradițional.

6. „*Gelozia-neliniște și teamă*" apare când relația interpersonală este percepută ca fiind amenințată – când un partener trăiește sentimentul temerii de a fi respins și al neliniștii că celălalt partener se implică foarte puțin în menținerea relației. Acest tip de gelozie rezultă din sentimentul de insecuritate personală și este acompaniat de o stare de anxietate severă.

Gelozia exprimă, așadar, un comportament ideo-afectiv negativ, de afecte primare, emoții, sentimente și idei trăite frustrant, implicând simultan anxietate de abandon, trăiri de prejudi-

ciu şi devalorizarea propriei persoane de către partener prin culpa (reală sau imaginară) de ,,trădare", de infidelitate sexual-afectivă, precum şi atitudini şi trăiri ostil-agresive la adresa partenerului şi a noului ,,obiect al afecţiunii sale." După Wallon, gelozia apare ca o,,simpatie suferindă" sau ,,identificare mintală a subiectului cu rivalul său". Unii autori consideră că acest sentiment este universal şi înnăscut (R. Linton) alţii îl consideră de origine culturală (O. Klineberg). Gelozia ,,otrăveşte" viaţa conjugală, conferindu-i uneori dimensiuni patogene. Subminarea încrederii şi a respectului reciproc prin manifestarea trăirilor şi atitudinilor de gelozie fragilizează consistenţa morală şi psihologică a uniunii maritale, chiar şi atunci când infidelitatea nu s-a produs, dar posibilitatea producerii ei proiectată ,,fantasmatic" de anxietatea şi suspiciunile soţului gelos devine o dominantă a interacţiunii conjugale. Cel mai frecvent, complexul geloziei exprimă neîncrederea în sine, în propriile calităţii relaţionale, autodevalorizarea, complexe de inferioritate privind masculinitatea sau feminitatea, incapacitate de dăruire şi investire autentică în parteneritate, egocentrism, narcisism, imaturitate afectivă. Partenerul gelos este stăpânit de un puternic şi destructiv sentiment de posesiune a persoanei celuilalt, ceea ce-l vulnerabilizează prin amplificarea trăirilor de frustraţie. Toate aceste trăsături de personalitate specifice celor ce dezvoltă complexul de gelozie se convertesc în defecte în adoptarea rolului marital, semnalând aptitudini incerte pentru parteneritate. Desigur că, în anumite împrejurări, manifestarea unui minimum de gelozie, bine cenzurată şi filtrată verbal şi comportamental, exprimată eventual prin aluzii delicate, dubitaţii autopersiflative sau provocări protectiv-amicale, este de natură uneori să stimuleze să întărească relaţia maritală, să reînoiască stilul afectiv, reamintind mereu de valoarea şi importanţa fiecăruia pentru celălalt. În acest caz, aşa-zisa gelozie este mai mult simularea unui joc erotic subtil, care favorizează coeziunea cuplului, conferind un plus de culoare ,,scenariului marital". Forma patologică a geloziei include, după P. Guiraud, două aspecte diferite; a) gelozia apare la personalităţi accentuate, senzitive, anxioase, susceptibile, care mereu se cred înşelate; b) reacţie disproporţionată care poate duce la acte de violenţă, agresivitate, crimă pasională, cu sau fără bază reală, unde se încadrează cu predilecţie structurile paranoice. În psihopatologie, în cadrul delirurilor ca tulburări de fond ale gândirii ce angajează întreaga personalitate, delirul de gelozie exprimă falsa convingere în infidelitatea partenerului, manifestată printr-o atitudine de suspiciune, de interpretare eronată şi chiar de acţiuni agresive.

Gelozia nu este înnăscută ci este *învăţată* în cadrul procesului socializării. Cercetările efectuate au arătat faptul că modul de manifestare a geloziei depinde în primul rând de *modelele culturale* şi *comportamental-relaţionale* acceptate şi promovate de societate. Anumite comunităţi, cum ar fi, de exemplu, eschimoşii, colectivităţile Toda din sudul Indiei, se caracterizează

printr-o manifestare extrem de scăzută a geloziei. În contrast, societățile „posesive" determină și susțin manifestarea în mare măsură a geloziei, deoarece ele se bazează pe competitivitate, întăresc sentimentul de proprietate și posesiune nu numai asupra bunurilor ci chiar și asupra oamenilor. De exemplu, copiii americani crescuți în mediul familial cu doi părinți — în comparație cu copiii crescuți în sistemul familiei poligame, neposesive — vor fi posesivi în raport cu „mama mea" și „jucăriile mele" (Ollie Pocs, 1989).

Brehm (1985) afirmă că gelozia este cauzată de trei sentimente diferite :

1. Când cineva simte că relația erotică este amenințată de interesul crescut al partenerului în raport cu altă persoană sau chiar cu un alt obiect. „Când crezi că partenerul tău este preocupat și orientat predominant către tine și mult mai puțin este interesat de alte persoane sau orice altceva, nu poți deveni gelos... Și nu vei fi gelos atâta timp cât este clar pentru tine că ești în mod considerabil mai important pentru partenerul tău decât orice alte interese".

2. Gelozia pare să fie bazată pe insecuritate, trăită în cadrul relației interpersonale când un partener caută să realizeze o schimbare. Cei care au sentimente de inadecvanță sau care sunt puternic dependenți de relație sunt mult mai vulnerabili în a manifesta gelozie. Este cazul persoanelor imature afectiv, nesigure de sine.

3. Gelozia este întărită de dorința pentru exclusivitatea sexuală, care este prevalentă în societatea bazată pe modelul conviețuirii monogame.

Katchadourian (1985) afirmă că există mai multe gradații ale interacțiunii care naște gelozie. „La o extremitate există un interes complet comprehensibil în prezervarea unei relații valoroase cu un partener... La cealaltă extremă, regăsim gelozia patologică, caracterizată prin suspicionări intense fără nici un motiv care fac ca o persoană să fie complet intolerantă față de orice interacțiune a partenerului său cu alte persoane".

● Femei geloase — bărbați geloși

Similar cu dragostea, *gelozia este trăită și exprimată diferit de bărbați și de femei.* Cercetările efectuate de către Clanton și Smith (1977) arată că bărbații sunt mai geloși față de activitatea sexuală a partenerelor, iar femeile sunt mai geloase față de implicările emoționale ale partenerilor în raport cu altele. Bărbații tind să nege sentimentele lor de gelozie dar o exprimă adesea prin furie și violență, în timp ce femeile admit mult mai repede sentimentele lor de gelozie și reacționează manifestând depresie. Bărbații mult mai frecvent tind să acuze partenerele și să intre în competiție cu rivalii. Pe de altă parte, femeile geloase tind să se autoacuze și să mențină relații strânse cu partenerii lor. Femeia geloasă apare adesea ca „femeie-crampon".

Alte cercetări efectuate de către Salovey și Rodin (1985) au evidențiat faptul că prsoanele care manifestă gelozie în cel mai înalt grad prezintă următoarele *caracteristici de personalitate* :

o imagine de sine slab conturată asociată cu neîncrederea în sine; perceperea a ceea ce este ca fiind diferit de ceea ce ar vrea să fie și i-ar place să fie (criticism și aspiraționalitate); valorizarea înaltă a achizițiilor și progreselor vizibile. Indivizii, în mod frecvent, manifestă gelozie în raport cu aspecte legate de cele mai înalte dorințe și aspirații ale lor. De exemplu, cel care valorizează bogăția poate fi gelos pe un rival bogat sau cel care valorizează frumusețea poate fi gelos pe un rival atractiv.

● Poate fi gelozia „vindecată"?

La întrebarea dacă gelozia este bună sau nu pentru o relație este dificil de dat un răspuns pozitiv sau negativ. Unii autori încearcă să contureze și să susțină variante de răspuns intermediare. Astfel, Kilmann (1984) afirmă că „ocazional sentimente atenuate de gelozie sunt normale pentru persoanele care iubesc. Se poate chiar argumenta că asemenea sentimente au o valoare adaptativă în sensul că ele întăresc motivația conduitei interacționale a partenerilor. Sentimentele puternice de gelozie, totuși, pot fi distructive pentru relație și în cazuri extreme pot conduce chiar la violență fizică".

Dacă gelozia, mai ales atunci când atinge valori mari în ceea ce privește intensitatea, poate pune în pericol funcționalitatea cuplului și menținerea relației interpersonale în limitele parametrilor normali, se ridică problema modalităților de sprijin și de intervenție în direcția evitării

disfuncționalităților și dezechilibrelor apărute. Desigur, este foarte greu de oferit „rețete", deși unii autori, cum ar fi, Hatfield și Walster (1981) propun o „soluție": gelozia poate fi „vindecată" când ia forme acute, dacă se parcurg trei faze, pornindu-se de la autoexaminare spre problematica relaționării interpersonale:

1. Încearcă să-ți înțelegi sentimentele și să identifici cu exactitate ceea ce te face să fii gelos;
2. Încearcă să îți analizezi sentimentele și decide dacă ești tu prea sensibil și suspicios sau dacă există într-adevăr o problemă reală în relația interpersonală în care ești implicat;
3. Vorbește cu partenerul tău și încearcă să realizezi un echilibru între sentimentul de libertate și cel de securizare în cadrul relației.

Și, desigur, în cazul în care sentimentul de gelozie este mult prea chinuitor și devastator pentru ambii parteneri, înainte de a lua decizia de a părăsi relația, fiecare sau amândoi este recomandabil să apeleze la ajutorul de specialitate, la psihoterapeuți. O terapie axată pe analiza motivațiilor profunde, inconștiente care alimentează „simptomul geloziei" ar putea fi de mare ajutor, pentru că o clarificare asupra sinelui, valențelor și exigențelor sale, dar și a tensiunilor și conflictelor reprimate, oferă premisele unei re-construcții treptate a unui model relațional mai adecvat cu sexul opus.

CAPITOLUL VI

Mariajul sau „antrenamentul psihologic" al conviețuirii sexelor

Privită din exterior, căsătoria este doar o instituție socială care unește consorții printr-o serie de „drepturi și obligații", conferindu-le statute sociale bine individualizate, menite să asigure funcții legitime: procreația, creșterea și educarea urmașilor, integrarea socio-economică, sprijinul, respectul și protecția reciprocă a soților, împlinirea lor afectivă.

● Instabilitatea cuplului

Renunțarea la aceste „șabloane" verbale, cu pretenție de definire a fenomenului familial, ne-ar putea oferi șansa unei înțelegeri mai adecvate a sensului și rosturilor mariajului, ca rezultat al „întâlnirii" fundamentale între sexe. Condiția mariajului modern este profund marcată de libertatea opțiunii, a deciziei prin și pentru iubire, întru și pentru dscoperirea și împlinirea sinelui prin intermediul celuilalt. De aici rezultă

și o altă caracteristică a cuplului contemporan: marea sa *instabilitate* și *mobilitate datorită vulnerabilității* și *dinamicii profund omenești a motivațiilor afective în continuă metamorfoză.*

Instabilitatea cuplului modern conduce cu o frecvență considerabilă la creșterea ratei divorțialității. Familia incompletă, formată din unul din părinți și copilul sau copiii săi, familia formată din divorțați (cu sau fără copii) și „celibatul" sunt formule familiale concurente în lumea contemporană, care tind să submineze în viața socială ponderea mariajelor nucleare stabile și simetrice (soți și copiii lor).

Realitatea acestui fenomen își poate dezvălui motivațiile mai curând într-o analiză psihologică a relației dintre parteneri, care departe de a rămâne un mod tradițional de conservare a unei structuri sociale menită să satisfacă nevoile de solidaritate și securitate social-economică, devine astăzi o *experiență esențială de maturizare și dezvoltare a personalității umane,* a fiecărui sex prin intermediul celuilalt.

Căsătoria apare astfel ca o adevărată „școală" a auto și intercunoașterii psihologice, a formării și educării comportamentului relațional intersexe, a învățării științei și artei dialogului, negocierii și conviețuirii. Parteneritatea maritală constituie tot mai mult o șansă a fiecăruia de a „crește social", de a se cunoaște și de a se împlini prin propriile resurse psihologice. Ea presupune totodată exercițiul constant al autoreglării și stăpânirii de sine, al perfecționării capacităților de cooperare eficientă, al dobândirii unei *„competențe" de rol masculin și femini,* care să-i

conferă individului echilibru, siguranță, satisfacție. De aceea, mariajul modern capătă sens numai în condițiile *unui experiment dinamic*, uneori definitiv, alteori tranzitor, în care imprevizibilul este provocat pentru a putea dezvolta și aplica adevărate ,,strategii rezolutive" interumane, în care soluția menținerii structurii cuplului este dependentă de perpetuarea ,,mirajului" descoperirii de sine și de altul. Un adevărat ,,antrenament psihologic" de conviețuire nelipsit de satisfacții și insatisfacții, oscilând mereu între fuziune și autonomie, între alternativa admirației și a dezvoltării mutuale, între ,,capcana identificării" și distanța psihologică impusă de granițele personalității... În acest experiment al descoperirii și al dezvoltării de sine, prin relație cu partenerul, cei doi pot căpăta o conștiință comună a inserției lor în mediu, ceea ce implică și modalități comune de a fi, de a acționa în lume. Aceasta nu înseamnă că ei ajung să se depersonalizeze ca indivizi, ci doar că unitatea lor le potențează șansa unei mai profunde personalizări și afirmări de sine. Cu alte cuvinte, armonia interpersonală asigură fiecăruia posibilitatea unei autodepășiri, ea este un izvor psiho-energetic în împlinirea rosturilor individului.

Dar ca orice experiment psihologic, experimentul adaptării între soți nu este lipsit de pericolul acțiunii unor variabile necontrolabile (externe dar și interne) care pot conduce la infirmarea ipotezei compatibilității, deci și a efectului armoniei. Trei par a fi dintre cele mai importante cauze ale dizarmoniei :

● *ignoranța psihologică*, corelată cu imaturitatea, care favorizează comportamentele haotice, accentuează latențele ostil-agresive și înlocuiește treptat ,,mirajul" cooperării de tip fuzional, amoros cu angoasa pierderii ,,obiectului iubirii" și, implicit, cu cea a ,,pierderii de sine" ;

● *disputa puterii*, care alterează dialogul și negocierea, metamorfozând sentimentele de iubire în instrumente de șantaj afectiv și ulterior degradându-le esența morală, spirituală și sexuală ;

● *inabilitățile comportamentale în jocul de rol*, frizând absența imaginației relaționale și a capacităților empatice.

Se poate afirma deci, că inadecvarea sau degradarea mecanismelor de acomodare și stratificare între cele două personalități angajate împiedică buna funcționalitate și destabilizează cuplul, predispunându-l la destructurare și alienare psihosocială.

● Adaptare și acomodare

Adaptarea maritală vizează atât restructurări la nivelul comportamentului de rol marital al indivizilor, cât și la nivelul funcționalității lor interpersonale. La nivel indivdual, ea presupune orientări, potențări, activări și reorientări succesive, dinamice ale motivațiilor de parteneritate (biologic-sexuale, socio-afective, de autorealizare și autodezvoltare a personalității), precum și a disponibilităților de parteneritate, determinate esențial de factorul vârstă, normalitatea și integritatea biopsihică, nivelul maturizării afective și

relaționale, flexibilitatea și plasticitatea adaptativă în rolul conjugal. La nivel interpersonal, adaptarea maritală vizează sincronizarea și complementaritatea intercomunicărilor, potențarea și maturizarea sentimentelor mutuale de afecțiune, ca și a climatului afectiv familial, aprofundarea intercunoașterii partenerilor, stimularea intervalorizărilor în cuplu, echilibrarea și optimizarea sferei acțiunilor și deciziilor maritale, interdezvoltarea rolurilor conjugal-parentale.

Acomodarea maritală, sau interacomodarea maritală, constituie mecanismul și, totodată, procesul de stimulare și dezvoltare a adaptării mutuale conjugale. În cadrul acestui proces interacțional soții acceptă, respectă și valorizează reciproc interesele, atitudinile, opiniile, obiceiurile, valorile, oferindu-și gratificații și susținere unul față de celălalt. Dinamica acomodării maritale presupune însă și corecții, concesii și tolerări mutuale, care pot dezvolta în etapele inițiale unele tensiuni și confruntări, ce pot fi depășite în beneficiul funcțional al cuplului. Tendința generală a acestui proces interacțional este de facilitare progresivă a ajustării interpersonale, a realizării coeziunii și ,,stilului'' personal al cuplului. Dificultățile ce pot să apară se traduc în disfuncții și conflicte conjugale. Ele se pot manifesta predominant într-una din sferele vieții conjugale (exemplu : comunicarea afectiv-sexuală, interacțiunile privitoare la organizarea timpului liber, problemele administrativ-gospodărești, buget, copii etc.) sau perturbând în ansamblu buna funcționalitate familială. Deficitele de acomodare maritală se pot identifica și corecta precoce printr-o

mai bună informație, educație și cultură a relațiilor dintre sexe, dar ele se pot compensa și spontan, în dinamica maritală, pe măsură ce cuplul acumulează experiență prin coexistență maritală și își structurează strategii proprii de rezolvare și depășire a incidentelor și momentelor critice. Opusul acomodării maritale îl constituie *rigiditatea maritală*, exprimată prin tendința simultană a partenerilor de a-și conserva și impune ,,modele relaționale'' contradictorii, dizarmonice, frustrante reciproc. Inerția, conservatorismul și persistența ,,vechilor modele'', a prejudecăților relaționale constituie un impediment important în calea acomodării interpersonale a soților, dovedind o lipsă de suplețe care predispune cuplul la relații simulate, aparente, superficiale, disconfortabile din punct de vedere psihologic.

Tendințele de adaptare și acomodare maritală se pot manifesta *reciproc* sau *unilateral*, situație în care trebuințele partenerilor legate de viața și activitatea cuplului conjugal sunt satisfăcute disimetric. Constatând tot mai des o neconcordanță între așteptările sale pe linia satisfacerii trebuințelor și modul in care viața și activitatea cuplului îi oferă ,,răspuns'', partenerul, mai ales la început, depune mari eforturi pentru a reduce starea de disonanță. Și aceasta, fie prin diminuarea efectelor negative ale unor acte comportamentale, fie prin sporirea valorizării altor însușiri de personalitate sau acte comportamentale. Asemenea modalități de rezolvare a conflictelor motivaționale asigură o anumită continuitate cuplului însă, treptat, dis-

tanța psihologică dintre parteneri se accentuează atât de mult încât nu mai putem vorbi de viața conjugală în adevăratul înțeles al cuvântului. Astfel, un soț dominator, cu o forță exagerată a eului, care nu suportă nici un fel de contrazicere, dacă impune partenerului său o conduită de totală subordonare, el reușește să-și satisfacă trebuințele lui accentuate de prestigiu și de respectare a eului, însă soțul său va deveni un „mijloc" de satisfacere a acestor trebuințe, transformându-se într-un frustrat etern. Or, ceea ce este specific pentru un cuplu funcțional constă tocmai în satisfacerea bilaterală a trebuințelor consorților prin intermediul relaționării interpersonale, fiecare dintre ei contribuind atât la satisfacerea propriilor trebuințe, cât și ale partenerului său.

● Obișnuința — un monstru care distruge totul

Asimilarea maritală, sau interasimilarea maritală, reprezintă acomodarea completă mutuală a personalităților maritale, în cadrul procesului de interadaptare conjugală. Soții preiau reciproc, interiorizează, simt și acționează în consens cu aceleași modele valorice, atitudinale, motivaționale. Asimilarea maritală creează *consens mutual* și *echilibru funcțional*, bazându-se pe un grad crescut, reciproc satisfăcător al intercomunicării și intercunoașterii, în condițiile aprofundării și stabilizării sentimentelor erotice, ca și a complementarității sexual-afective. Gândurile, sentimentele, atitudinile, acțiunile, la început diferite,

în procesul interacțiunii sunt supuse unor modelări continue, până ajung la un înalt grad de interpenetrare și fuziune. De câte ori, când privim cu admirație fotografia unor soți ce ajung la o vârstă înaintată, cu greu ne putem abține să nu remarcăm asemănările frapante dintre ei... Asimilarea pe linie psihologică și psihorelațională a produs efecte modelatorii până și asupra unor aspecte fizionomice (un anumit mod de a privi, de a râde, de a se mira etc.).

Asimilarea maritală, deși presupune fuziunea personalităților în cadrul exercitării rolurilor conjugale, nu presupune automat și pierderea autonomiei și integrității lor psihologice. Dimpotrivă, ea creează condițiile dezvoltării și autorealizării fiecăruia prin intermediul și cu susținerea celuilalt, pe fundalul unui climat psihosocial echilibrat și securizant. Asimilarea maritală împlinește procesul interadaptării maritale, asigurându-i durabilitate, fără a garanta definitiv viabilitatea structurii conjugale. În evoluția cuplului familial integrat mediului său social, asimilarea maritală constituie doar o condiție necesară, dar nu și suficientă a stabilității cuplului, fără a garanta însă și șansele sale de autodezvoltare continuă. După perioade variabile de acomodare și asimilare maritală, unele cupluri se pot devitaliza sau pot regresa în formule relaționale, care, deși păstrează unele modele, habitusuri și valori rezultate din procesul asimilării maritale, prezintă și unele tendințe noi, de desincronizare a partenerilor sau stagnare a dezvoltării personalității unuia sau ambilor soți. Reapar în acest caz noi mecanisme de

acomodare care asigură un modus vivendi adecvat. Cuplul marital apare din această perspectivă ca o *structură mobilă*, cu meandre evolutive adesea puțin previzibile, cu continue prefaceri în interiorul său, ca și în relațiile sale cu lumea. *„Căsătoria trebuie să lupte fără încetare cu acel monstru care distruge totul : obișnuința”* (Honoré de Balzac). Or, obișnuința poate fi înlăturată atâta timp cât relația interpersonală intramaritală exclude monotonia, rutina, inflexibilitatea, presupunând o accentuată dinamică a interadaptării, interacomodării și interasimilării celor două personalități.

CAPITOLUL VII

Cine ne ”amenință„ stabilitatea căsătoriei

Deși în fazele de debut ale căsătoriei (în special în „luna de miere”) se pare că există argumente puternice, în special de ordin emoțional-afectiv, privind consolidarea și menținerea relației conjugale pe perioade lungi, nedeterminate („casă de piatră”), în practică însă, se constată că funcționalitatea și stabilitatea căsniciei sunt „amenințate” de o serie de factori perturbatori, de sorginte individuală, intraconjugală sau extraconjugală. Capacitatea de anticipare și predicție a abaterilor posibile ale modelului de conduită a cuplului cu efecte nefavorabile asupra personalității fiecărui membru este extrem de redusă, atât pentru cei doi consorți, cât și pentru alte persoane apropiate (părinți, frați, prieteni etc.).

Factorii psihologici intramaritali care presupun în mod predominant orientarea centripetă a personalității fiecărui membru al cuplului (personalitatea individuală devenind, în cuplu, mai mult personalitate interpersonală) au un rol principal în menținerea stabilității căsătoriei. În

acest caz, eventuale influențe perturbatoare din partea unor factori exteriori sunt ușor și repede respinse și anihilate. Atunci însă, când cei doi consorți nu reușesc să contribuie în egală măsură la consolidarea mecanismelor psihologice și psihosociale reglatorii pentru conduita lor maritală, riscurile privind „destabilizarea" relației conjugale cresc din ce în ce mai mult.

Trecerea de la psihologia individuală la cea interindividuală, interpersonală, presupune angajarea fiecăruia în a construi o relație („Noi-ul") care să satisfacă corespunzător în primul rând expectațiile sau așteptările formulate în perioada anterioară constituirii cuplului.

● „Miturile" căsătoriei fericite

Desigur, expectațiile viitorilor soți nu sunt conturate ad-hoc la începutul căsătoriei, ci ele suportă un amplu proces de influențare corectivă din partea mai multor factori precum : modelele de conduită maritală oferite în familia de apartenență, modelele culturale ale societății în perioada respectivă. În cazul în care nu există o concordanță între expectațiile celor doi soți, conflictul marital este iminent. Unii autori au făcut chiar o inventariere a unor expectații care, deși sunt nerealiste, pot fi evitate. Iată câteva dintre cele mai frecvente „mituri" (Ollie Pocs, 1989) care alimentează „fantasmele" proiectate în raport cu mariajul :

„Există „unul și numai unul" în afară de mine și dacă mă voi căsători cu această persoană, voi avea o căsnicie reușită". Ideea că poți avea un singur „însoțitor de suflet" și că dacă îl (o) găsești va fi sigur un bun mariaj este greșită. În primul rând, poți găsi „fericirea" cu oricare altul dintr-un număr mare de parteneri. În al doilea rând, căsătoria pentru a fi reușită solicită atitudini pozitive și eforturi din partea ambelor părți. A găsi un partener potrivit nu este deja sfârșitul strădaniilor personale ci doar începutul.

„Căsătoria noastră va reuși deoarece ne-am „curtat" o lungă perioadă de timp". Apropierea intimă și realizarea unui nivel de înțelegere reciprocă în perioada conjugală sunt, desigur, elemente pozitive, dar ele nu vor fi suficiente pentru asigurarea unei depline funcționalități a relației maritale. Oamenii se schimbă, iar căsătoriile parcurg diferite stadii. Nașterea copiilor, schimbările pe linie socioprofesională și alți factori vor schimba atât nevoile și cerințele individuale cât și pe cele ale relației maritale. Singurul element constant al căsătoriei este *schimbarea* iar partenerii trebuie să învețe să se adapteze la schimbare.

„Chiar dacă multe căsătorii sfârșesc prin divorț, nu ni se va întâmpla și nouă o situație similară deoarece noi suntem altfel". Fiecare persoană și fiecare relație este diferită și ceea ce are fiecare cuplu este specific, particular. Totuși, mulți dintre cei căsătoriți, actualmente divorțați au crezut, de asemenea, la început, că vor putea evita desființarea cuplului. Și totuși iluzia persistă...

„După ce ne vom căsători, am să-l transform pe viitorul meu soț (soție)". Or, nu poți să-ți asumi de la început răspunderea că vei putea să-ți

schimbi partenerul. Mai mult decât intenția de a te căsători cu cineva și de interesul de a-l cunoaște, te preocupă mai mult ideea de a-l schimba. Cu toate acestea, consumi mult timp pentru a găsi pe cineva care să-ți satisfacă mai bine pretențiile. Și, probabil, nu vrei să te căsătorești cu cineva care intenționează să te schimbe pe tine.

„Partenerul meu de căsătorie îmi va satisface toate cerințele și pretențiile". Fiecare persoană are multe dorințe, manifestă interes pentru multe aspecte, desfășoară multe activități. De aceea, nu poți să te aștepți să găsești un partener care să fie identic în toate privințele. Este nerealist să crezi că două persoane se potrivesc în toate direcțiile. Un soț nu poate fi, pe de o parte, iubit, prieten, consilier, partener de sport, însoțitor la băutură, șofer sau altceva ce i se pretinde și, pe de altă parte, să-și mențină încă viața lui personală.

„Dragostea ne va ține împreună". Dragostea nu poate învinge totul. Dragostea romantică adesea se ofilește în primii ani de căsătorie, fiind înlocuită de dragostea mai matură. De aceea, speranța că dragostea romantică va menține căsătoria fericită te poate împiedica de la analiza problemelor cu care se poate confrunta viitorul cuplu și de la încercarea de a le rezolva. „Există puține activități, inițiative care încep cu asemenea speranțe și expectații impresionante și care eșuează într-un mod tot atât de regulat precum dragostea" (Fromm, 1963).

„Noi nu ne vom certa niciodată". Deoarece un anumit grad de conflict este inevitabil în orice relație umană, este normal și firesc să apară și în cadrul căsătoriei. Ignorarea sau negarea existenței conflictului poate să sporească numărul problemelor cu care se confruntă cuplul (Bach and Deutch, 1970). De fapt, utilizarea creativă a conflictului poate conduce la realizarea unor progrese în evoluția cuplului.

„Menținerea unor relații sexuale satisfăcătoare ne va face fericiți tot timpul". Contactul sexual nu este cerința primară pentru stabilitatea căsătoriei. În ciuda importanței sale, multe cupluri au o căsnicie fericită, relațiile sexuale având doar o mică contribuție. Ambii parteneri pot chiar să difere în ceea ce privește opinia lor asupra contactului sexual; unul poate aprecia frecvența, altul, calitatea. Dar oricare ar fi definiția, satisfacția sexuală este mult mai probabil să fie rezultatul unei căsătorii fericite și mai puțin cauza ei.

„Noi avem bune relații de comunicare, de aceea putem să discutăm asupra tuturor problemelor". Deși comunicarea este importantă pentru căsătorie, ea nu garantează fericirea. Comunicarea necesită deprinderi și efort. Ea nu înseamnă numai persuadarea partenerului în a percepe anumite lucruri în sensul dorit ci este mai ales o sursă a înțelegerii mutuale. Anumite cupluri pot să comunice foarte bine, să se înțeleagă reciproc foarte bine și să decidă, totuși, să divorțeze.

● Răscruci și „noduri" maritale

Dincolo de aceste „mituri" privind căsătoria fericită, uneori dorințele și expectațiile conflictuale create de societate ne pot pune în situații pe care Crosby (1985) le-a numit „răscruci" sau „noduri". A fi într-o „răscruce" înseamnă a fi pus în fața unei alegeri dificile sau a fi pus în poziția în care poți pierde dacă iei o decizie greșită. Când ești pus în fața alegerii între două alternative, ambele cu consecințe negative, aceasta este o „legătură dublă".

Crosby a identificat nouă „legături" sau „noduri" de bază în cadrul căsătoriei: „*nodul de creștere*" este cauzat de dorințele conflictuale privind autoîmplinirea și autorealizarea, pe de o parte și stabilitatea și securitatea, pe de alta. Deși schimbarea este adesea dezirabilă, ea este dificil de realizat și poate prezenta pericole amenințătoare pentru stabilitatea cuplului. „*Nodul securității în viitor*" este legătura dificilă între dorința pentru dezvoltare și schimbare, pe de-o parte și un viitor garantat, pe de alta. Angajamentul de a păstra căsătoria „până la moarte" oferă securitate pentru viitor, dar promisiunile făcute în perioada „lunii de miere" pot fi dificil de menținut în stadiile ulterioarea ale căsătoriei. A sta împreună reclamă mari eforturi comune.

Presupunerea că „noi doi" vom face față împreună solicitărilor și vom apărea în fața lumii ca un front unit conduce la „*răscrucea*" *identității în căsătorie*. Acționând, gândind și fiind asemănători, treptat acest model de conduită va afecta dezvoltarea personală și va produce o dezechilibrare a balanței privind identitatea personală și a cuplului. În cadrul „*legăturii sau nodului dintre fidelitate și proprietate*", relația este una de posesiune. În loc de a căuta să asigure fericirea și bunăstarea celuilalt, soțul prins în acest tip de „legătură" se va folosi de „dreptul" proprietății pentru a limita acțiunile partenerului. „Nu poți face asta – tu îmi aparții!"

„*Nodul dublu standard*" provine din faptul că mulți bărbați, deși pot afirma că femeile trebuie să aibă drepturi egale în ceea ce privește sexualitatea și obligațiile maritale, acceptă cu dificultate un comportament similar pentru femei și adesea caută să se căsătorească cu o fată ce aderă la valorile sexuale tradiționale. Legătura dublu standard întărește ideea falsă că bărbatul este superior femeii.

„*Nodul rolului de sex*" de asemenea întărește punctele de vedere stereotipe ale bărbaților și femeilor. El susține că diferite comportamente sunt acceptabile pentru femeie (exemplu, să iubească, să îngrijească de copii și de gospodărie etc.) iar altele pentru bărbați (exemplu să protejeze casa și să asigure condiții pentru întreținerea familiei). În realitate, trăsături considerate a fi fie masculine, fie feminine sunt prezente într-un anumit grad atât la bărbați cât și la femei. „*Legătura fată bună-fată rea*" influențează bărbații să creadă că fetelor „bune", femeilor ce vor fi bune soții, nu le place prea mult contactul sexual. Numai fetele „rele" preferă realmente relația sexuală. După ce se căsătorește, bărbatul prins în această dublă legătură nu va avea încre-

dere în soția căreia-i place actul sexual și va deveni plictisit dacă soția va avea o conduită exact opusă.

„Nodul atracție-respingere" înseamnă că o persoană găsește caracteristici atractive și de calitate la un partener înainte de căsătorie însă, după oficializarea legăturii lor, ea poate să respingă și să deteste asemenea calități. *„Legătura-transfer"* apare când un soț spune unele lucruri partenerului său conjugal dar care, în realitate, sunt adresate unei terțe persoane. În mod uzual soțul își reprezintă o altă figură a partenerului care nu este în mod real cauza supărării, urii sau a altceva. De exemplu, soția poate reacționa față de soț ca și cum acesta ar fi tatăl său. Sau, soțul își ceartă soția, ca și cum aceasta ar fi mama sa.

● 6 „Reguli" ale speranței la stabilitate

În timp ce multe „mituri" comune despre căsătorie sunt false iar „legăturile" pot să creeze probleme relației, prospectarea scopurilor pozitive și realiste pentru asigurarea stabilității căsătoriei nu este lipsită de speranță. Astfel, Benson (1971) arată că există șase „obligații" de bază pe care trebuie să și le asume cei ce vor să se căsătorească.

Deși pot părea a fi relativ simple, aceste reguli se constituie într-un ghid util pentru cei care intenționează să se căsătorească, cât și pentru cei care sunt deja în posesia statutului marital :

1. Să fii sincer, deschis, corect și demn de încredere. Pentru ca partenerii să dezvolte sen-

timente de încredere reciprocă ei trebuie să dovedească continuu onestitate și să fie capabili să se încreadă unul în altul.

2. Să-și împartă în mod echitabil sarcinile și răspunderile ce revin relației. Această obligație va varia, desigur, în funcție de înțelegerile din cadrul cuplului. Pentru unii, de exemplu este valabilă „regula" ca amândoi să aibă slujbă și amândoi să-și împartă egal sarcinile gospodăriei. Pentru alții, însă, „regula" cere ca unul din soți să lucreze în cadrul familiei și celălalt, în afara ei.

3. Să fii prieten cu celălalt și să-i oferi suport, empatie și simpatie când este necesar. Pentru a empatiza cu celălalt, un partener trebuie să fi trecut prin situații similare.

4. Să comunici cu partenerul. Dar atenție, însă, comunicarea trebuie să fie „cu" partenerul și nu orientată unilateral „către" partener. Comunicarea efectivă și eficientă solicită în egală măsură și ascultarea și emiterea mesajelor verbale.

5. Să oferi afecțiune și satisfacție sexuală partenerului. Menținerea monogamiei fără monotonie solicită inițiativă în a asigura, de-a lungul anilor, varietate și situații stimulative și recompensatorii în cadrul relației. Înțelegerea exactă a dorințelor sexuale ale partenerului poate să îmbunătățească modul de îndeplinire a rolului sexual.

6. Să te oferi voluntar în a-ți ajuta partenerul. Aceasta înseamnă să încerci mereu să fii dispus în a face diferite lucruri pentru soț (soție) fără să fii rugat.

Oricum, „stabilitatea" în căsătorie depinde în mod paradoxal de rata crescută a asumării creative a „schimbărilor" (ale fiecăruia și ale ambilor) sub semnul deschiderii reciproce și al abilității desfacerii „nodurilor" pe parcursul evoluției relației. Și pentru că nodul marital nu este un nod gordian, „sabia" de care are el nevoie se numește iubire.

CAPITOLUL VIII

Intimitatea "cheia psihologică" a longevității cuplului

Secretul menținerii cuplului ca un „modus vivendi" pare să se dezvăluie în valențele infinit motivatorii ale *intimității psihologice*. Intimitatea nu trebuie confundată cu sexualitatea și cu atât mai puțin cu familiaritatea.

● O miraculoasă „imunitate psihosocială"

Desigur, sexualitatea este integrată comportamentului socioafectiv al cuplului, deci relației psihosociale care crează atmosfera de intimitate. Dar relațiile de intimitate nu sunt neapărat substituibile celor sexuale. Există climat de intimitate adesea și într-un grup de prieteni, dar mai ales în familie, între părinți și copii, între frați. Această *calitate emoțională* a relațiilor interpersonale, satisface nevoile de securizare, de afiliere și de solidaritate în microgrup sau în cuplu. Ea răspunde cerințelor de protecție și de

acceptare necondiţionată reciprocă. Intimitatea satisface, mai ales, nevoia de apartenenţă socio-afectivă şi conferă indivizilor un reconfortant remediu împotriva angoasei singurătăţii. De aceea, importanţa sa pentru echilibrul interpersonal, dar şi al fiecărei personalităţi în parte, este esenţială.

Intimitatea face parte integrantă din ,,motorul viu" al fiinţei noastre psihosomatice şi conferă adesea individului reale resurse de adaptare şi eficienţă socială. Ea asigură motivaţiilor noastre fundamentale, ca şi acţiunilor pe care le întreprindem, o *sursă nelimitată de energie*, o *rezistenţă crescută la stress*, o *miraculoasă ,,imunitate psihosocială"* pe arena atât de diversă şi de imprevizibilă a existenţei. Şi este firesc să fie aşa, pentru că prima funcţie a intimităţii este *dezanxietarea* şi *consolidarea sentimentului acceptării de sine*, a recunoaşterii şi confirmării *importanţei şi valorii fiecăruia pentru celălalt*.

H. S. Kaplan consideră intimitatea drept ,,o calitate particulară a două persoane de a fi aproape sub aspect emoţional", cu alte cuvinte de a dizolva orice distanţă psihologică ce ar putea bara o comunicare completă şi autentică. Ea induce o maximă transparenţă în raporturile dintre două persoane, susţinută de atenţie, resposabilitate şi încredere mutuală, comunicare sinceră a sentimentelor şi senzaţiilor, fără ,,apărări" şi disimulări, atunci când unuia dintre parneri i se întâmplă ceva semnificativ sus aspect emoţional. În cuplul erotic, intimitatea este importantă ,,pentru că ea determină calitatea vieţii şi a dragostei" — afirmă Kaplan în consens

cu terapeuţii familiei, chiar dacă sexologii opinează mai puţin frecvent pentru acest punct de vedere.

Intimitatea ca latură afectivă a dragostei este considerată drept garanţia dezvoltării şi stabilităţii unui cuplu. În acest sens, R. G. Sternberg şi S. Grajek (1984), argumentează prin aşa-numita ,,teorie triunghiulară a dragostei" semnificaţia particulară a celor trei componente care decid cursul armonic şi longevitatea unei căsătorii:

- *pasiunea* (sau atracţia fizică, senzitivă, şi sexuală);
- *cunoaşterea celuilalt şi de sine* (care influenţează decizia de a iubi şi menţinerea ei);
- *intimitatea* (sau sentimentul de legătură emoţională, care alimentează şi impulsionează nevoia de continuitate a relaţiei).

Fără îndoială, că dragostea nu poate exista fără pasiune (care se naşte mai ales din resorturile inconştiente ale motivaţiei sexuale umane), dar ea, de cele mai multe ori, se estompează în timp, fără a putea garanta menţinerea cuplului. Singura care poate depăşi chiar şi ,,conflictele de cunoaştere" interpersonală, substituind subtil devitalizarea pasiunii sau revitalizând-o imprevizibil este *căldura emoţională* manifestată şi receptată, mereu necesară, indiferent de vârstă, moment, etapă...

Cuplurile fericite, cel puţin tranzitor, cunosc două tipuri de intimitate (F. Mascherpa, E. Mecco, 1989): ● cea fuzională, bazată pe o relaţie de interdependenţă (care o reaminteşte pe

cea dintre mamă și copil), proprie în special *stării* de a fi îndrăgostit, de la începutul unei *iubiri*;

● cea care permite dezvoltarea propriei individualități și autonomii, considerată mai matură și mai avantajoasă pentru relația de cuplu.

Armonia unui cuplu, chiar dacă se construiește inițial pe o intimitate fuzională, nu se poate menține ulterior decât prin stimularea și recunoașterea unei autonomii care să permită dezvoltarea reciprocă a partenerilor, ca „repere" psihologice esențiale fiecare pentru celălalt. În cuplu, o anumită distanță psihologică optimă este necesară pentru o bună comunicare, ca și pentru o reînvigorare și reenergizare a atracțiilor mutuale.

● Teama de intimitate ...

Cu toate acestea, se constată în multe cupluri o dramatică *teamă de intimitate*, adesea mai puternică decât cea de sexualitate. Dorindu-și să atingă o mai mare intimitate unele cupluri sfârșesc prin a acționa în sens opus. În mod paradoxal, se poate întâmpla ca intimitatea să genereze la unul sau la ambii parteneri anxietate și, în consecință, îndepărtare, evitare, sentimente de jenă și penibil. Explicația acestui fenomen, cel puțin ciudat, constă în faptul că intimitatea presupune *un raport de încredere deplină în celălalt*, „puterea" de a te abandona sau lăsa în seama lui, fără teamă că *acesta ar putea* profita de vulnerabilitățile tale. Or, calitatea raporturilor de încredere cu o altă persoană (ex. partenerul erotic), își are

originile în copilărie, în calitatea raporturilor cu părinții. Există un anume paralelism între relațiile de iubire dintre copil și mama sa și relațiile intime ale adultului (S. Gilfillan, 1985). Astfel, un copil care niciodată nu a putut stabili un raport de încredere deplină și de satisfacție în a se abandona iubirii materne, care s-a simțit victima agresivității, indiferentismului sau inconsecvenței ei afective, nu va reuși niciodată, fiind adult, să dezvolte un bun nivel de intimitate cu partenerul, pentru că, inconștient, va încerca mereu să se apere. La rândul lor, părinții care în relația conjugală au probleme și deficite de realizare a intimității, nu pot stabili raporturi adecvate, autentice cu copiii lor, transmițându-le acestora „modelul handicapului de intimitate", cu toate inhibițiile și suferințele sale ulterioare.

„Problemele intimității copiilor pot fi o metaforă a problemelor intimității părinților", afirmă J. D. West, J. J. Zorski și R. Hervill (1986).

● ...și „Remediile" psihologice

Se pot oare evita sau corecta deficitele de comunicare afectivă? Se poate stimula dezvoltarea intimității în cuplu?

Fără îndoială, că „remediile" psihologice pe care terapeuții familiei le propun sunt promițătoare. Ei consideră că terapia deficitului de intimitate trebuie să debuteze cu stimularea capacității de a stabili o bună intimitate nonverbală (senzorială, corporală, fizică), în primul

rând cu sine şi apoi, cu partenerul. Acceptarea propriului corp şi posibilitatea de a comunica prin intermediul acestuia, de „a se arăta" sau dezvălui (nu în sensul narcisic- de a se exhiba, ci în cel natural, lipsit de pudoare şi inhibiţii inutile), condiţionează realizarea unui bun nivel de intimitate în cuplu. Acceptarea de sine şi a propriului corp, fără complexe, adică într-un mod armonic sănătos" „de a fi cu tine însuţi", asigură în mare măsură capacitatea de a nu refuza sau repudia apariţia corporală a partenerului, de a nu simţi dezgust şi intoleranţă în faţa manifestărilor non-erotice ale acestuia. Lucrul este explicabil conform principiului că dacă îţi refuzi propriul corp este dificil să-l accepţi pe al altuia (E. Mascherpa şi E. Mecco). Acest element atitudinal şi comportamental este relevant pentru gradul de intimitate realizat într-un cuplu.

Există şi cazuri în care o persoană, datorită unei educaţii excesiv de rigide în ceea ce priveşte pudoarea, are dificultăţi în a se exprima liber, corporal, fizic, deşi poate accepta fără efort manifestările corporale naturale ale partenerului. În aceste cazuri, autorevalorizarea propriului corp se poate face chiar prin intermediul atitudinii dezinvolte şi stimulative a partenerului, care, cu tact, răbdare, imaginaţie şi tandreţe poate dizolva progresiv barierele pudorii şi disconfortului de expunere corporală a celui în dificultate. *Arta curtoaziei ca ritual erotic iniţiatic* este în mare măsură calea optimă de rezolvare.

Dimpotrivă, în situaţia în care manifestările corporale non-erotice ale unuia provoacă dezgust, refuz şi evitare celuilalt, situaţia semnalează o slabă funcţionalitate emoţională a cuplului. O aceeaşi manifestare fizică poate suscita tandreţe sau rejecţie în funcţie de intensitatea şi natura raportului afectiv cu persoana respectivă.

Intimitatea non-verbală se crează printr-o bună comunicare *senzorială*. În relaţiile erotice, simţurile joacă un rol important, cuplul existând ca o realitate dinamică, în măsura în care mesajele senzoriale circulă liber în interiorul său, producând, întreţinând şi amplificând continuu intimitatea afectivă.

Fireşte, *mesajele verbale* se integrează alături de cele senzitive în orientarea, susţinerea şi crearea atmosferei de intimitate. De aceea, comunicarea verbală expresivă a emoţiilor, trăirilor, sentimentelor şi ideilor este la fel de importantă şi de inductivă pentru intimitate. Dar avantajul limbajului corporal-senzitiv este acela de a fi imediat, greu confundabil şi producător de gratificaţie.

Cuplul încetează să existe atunci când partenerii nu se mai pot atinge spontan, mai curând decât atunci când nu-şi mai pot vorbi, chiar dacă ei continuă să existe în acelaşi spaţiu fizic. În acest caz, ei şi-au pierdut sau au evadat din „spaţiul psihologic al comuniunii lor".

Dintre canalele senzitive cu cea mai mare implicare în intimitate, sunt considerate simţul olfactiv (mirosul), termic şi tactil. Mesajul tactil în

special, tradus prin mângâiere, atingere, poate fi relaxant sau excitant erotic, dar poate transmite multiple alte semnificații — încurajare, aprobare, susținere, respingere, neîncredere, temere, etc. Climatul emoțional pozitiv este condiționat de capacitatea partenerilor de a-și descoperi reciproc „identitatea tactilă”, adică preferințele și reacțiile specifice din acest punct de vedere. Cunoașterea „identității olfactive” și stimularea reacțiilor ei încurajatoare, gratificante, este de asemenea importantă. În special în comunicarea sexuală, utilizarea și rafinarea limbajului senzorial-corporal, creează nu numai un climat emoțional de bună calitate, ci și o „eficiență” și satisfacție crescută a relațiilor sexuale.

Evident, descoperirea, creearea și amplificarea intimității afective necesită atitudini și comportamente complementare și sinergice în cuplu, un efort comun de intercunoaștere și prin aceasta, de continuă revelare de sine. Altfel, „iluzia intimității” este doar „capcana singurătății în doi”, atât de alienantă pentru cuplu și pentru continuatorii săi.

CAPITOLUL IX

Dialogul familiei între artă și știința replicilor

În teoriile și cercetările contemporane, familia este unanim concepută ca un sistem dinamic, în perpetuă transformare, ca urmare a evoluției indivizilor ce o compun și a dezvoltării capacităților acestora de a interacționa în interiorul și în afara sa.

Ea se află continuu sub impactul stressurilor, exigențelor și schimbărilor impuse de lumea exterioară. Individul uman este considerat un sistem energetic și informațional care tinde către armonie și împlinire, ceea ce depinde esențial de aptitudinile sale de a se dezvolta, de „a crește” biologic și spiritual, de a crea și produce într-o manieră convenabilă sieși și grupului căruia îi aparține. În analiza oricărui *comportament uman* se încearcă să se determine tendința și intenția de dezvoltare raportată la istoria individului și a familiei, modul în care acesta se inserează în situația familială actuală și răspunde nevoilor de dezvoltare ale fiecăruia, ca și speranța tuturor membrilor familiei în legătură cu viitorul lor (C. Gerake Luthman, M. Kirschenbaum).

● Comunicarea – de la diagnostic la terapie

Pentru familie, *comunicarea*, alături de intercunoaștere, este *principalul instrument de dezvoltare a structurii și relațiilor de rol familial.* Atunci când membrii familiei sunt capabili să se asculte unii pe alții, să se întrebe și să comenteze asupra subiectelor în raport cu care doresc să se înțeleagă să se folosească de cuvinte pe care le așteaptă sau să se pronunțe pentru a obține consens informațional, ei pot conlucra și interacționa optim, astfel încât fiecare să fie stimulat în a se dezvolta și a resimți satisfacție.

Un stil defectuos de comunicare poate angaja disfuncții familiale multiple, ce suscită adesea necesitatea unei terapii centrate pe ameliorare modului de comunicare. În acest sens, J. Risjin și E. E. Faunce (1972) jalonează că principalele aspecte ale *evaluării stilului și calității* comunicării intrafamiliale : 1. *claritatea elocuțiunii* (*dicției*) ; 2. *schimbările de subiect* (mesajele pot fi complete sau tangențiale, întrerupte sau cu tendință de trecere la alt subiect, evitante) ; 3. *raportul între acord și dezacord* (sunt capabili membrii familiei să fie în dezacord fără a se manifesta agresiv, iar divergențele de opinii sunt considerate drept ,,contribuții'' sau ,,atacuri''? Impune familia membrilor săi, ca regulă, să se manifeste totdeauna amabil și gentil, pentru a-și face cunoscute dorințele, sau ei trebuie să apeleze la mijloace deturnate?) ; 4. *intensitatea* (membrii familiei își pot exprima afectele – mânie, tandrețe, afecțiune, nevoi sexuale, tristețe – cu suficientă intensitate sau se ex-

primă de o manieră monotonă, măsurată, rezervată, totdeauna cerebrală? Se poate întâmpla ca, dimpotrivă, comunicarea, deși să aibă o anumită intensitate, să nu fie niciodată gradată, nuanțată ; În terapie, terapeutul este necesar să observe fluxul comunicării sau absența fluxului între diversele grade de intensitate) ; 5. *semnificația din punct de vedere al relației* (comentariile sunt formulate în mod amical sau agresiv? Mama se poate adresa celor doi copii în aceiași termeni, dar unuia îi adresează un mesaj cald-prietenos, celuilalt îi propune un ,,armistițiu) ; 6. *ordinea schimburilor verbale* (cine se adresează și cui, cine este lăsat deoparte în conversație, cine vorbește în numele cui?) ; 7. *angajarea* (*implicarea*) (în ce măsură membrii familiei se simt atrași să răspundă prin *da* sau *nu* sau printr-un mesaj clar la întrebările privitoare la proiectele și la deciziile lor?) ; 8. *respectarea promisiunilor* (în ce măsură membrii familiei promit ceva, de care nu se achită ulterior. Se simt ei legați de promisiune?) ; 9. *configurația secvențială* (exemplu : mama vorbește tatălui și copiii o întrerup. Tatăl vorbește și nimeni nu ascultă. Mama vorbește și toată lumea ascultă și răspunde, mai puțin tatăl. Primul născut începe să vorbească și conversația se termină printr-o mustrare făcută de tata sau de mama).

Prin intermediul analizei comunicării în microgrupul familial se pot constata eventuale incoerențe în modul în care rolurile familiale sunt asumate și exercitate. Astfel, se pot structura *configurații defectoase ale rolurilor conjugale* (I. Mitrofan, 1989), prin hipertrofia sau hipotro-

fia rolurilor de sex (amplificarea sau diminuarea unor comportamente specifice masculinității și feminității), inversarea rolurilor de sex prin dezvoltarea unor comportamente maritale de substituție reciprocă („travestiul psihosocial conjugal"), desincronizarea rolurilor conjugale, incompletitudinea rolurilor maritale și parentale.

Metoda analizei tranzacționale (comunicaționale) și al tratamentului psihologic al familiei bazat pe aceasta, lansată de E. Berne (1964), introduce conceptul-cheie de „stări ale Ego-ului" trăite și *asumate în plan intelectual* și afectiv ca experiențe corelate cu anumite modele de răspunsuri date în diferite situații, ce definesc trei tipuri de atitudini specifice oricărui individ: atitudinea de părinte, atitudinea de adult și cea de copil (apud. I. Holdevici, I. P. Vasilescu, 1988). Aceste atitudini exprimă cele trei stări ale ego-ului care stau la baza dezvoltării personalității unui individ (ego-copil, ego-adult, ego-parental), ele având un caracter alternant specific în cadrul relațiilor interpersonale n general.

În relațiile conjugale și familiale, membrii nicrogrupului își pot asuma în diferite conjuncări diverse stări ale eu-lui, uneori împietând supra raporturilor normale de echilibru în adrul structurii familiei. Astfel, putem constata, rin intermediul comunicărilor pe care și le dresează, unele incoerențe în maniera de a-și ica rolurile, ca de pildă: copiii par să fie stăânii situației, nimeni nu conduce, mama acționează ca o fetiță (fiică), prima născută joacă lul de soție și de mamă în familie. Într-un alt

caz, deși tatăl pare autoritatea, judecătorul și stăpânul în familie, în realitate, mama este cea care deține și „manevrează" jocul din culise. Toată lumea o știe, dar nimeni nu o spune. Aparența este salvată, dar rezultă din acesta un sentiment de confuzie în privința rolurilor la toți membrii familiei. Totuși, concepțiile lor sunt rigide în privința a ceea ce trebuie să fie un bărbat sau o femeie, dar ele nu corespund realității. Ei se vor strădui mereu să păstreze aparențele, raportându-se la realitate prin mijloace deturnate. Toți sunt mai mult sau mai puțin devalorizați de acest gen de farsă, dar se tem mult prea tare pentru a încerca să fie ceea ce sunt în realitate. Neconfirmându-și clar propria lor identitate (de bărbați sau femei), ei nu vor să riște să fie stânjeniți, să se simtă mediocri sau să se conducă impropriu după normele altcuiva.

Modelele comportamentale de rol ale soților (părinților) sunt de cele mai multe ori preluate, interiorizate din familiile lor de origine, de la proprii lor părinți. Stilurile de comunicare și de acțiune ale acestora explică în mare măsură comportamentul comunicațional al copiilor, deveniți adulți și părinți la rândul lor, prefigurând așa-numita „matrice a scenariului de viață" (C. Steiner, apud I. Holdevici, I. P. Vasilescu, 1987).

Pe baza analizei comunicaționale se poate interveni psihoterapeutic în sensul autocunoașterii, conștientizării rolurilor familiale derivate din „stările ego-ului" și autoreglării tuturor comportamentelor familiale, astfel încât să se stimu-

leze dezvoltarea personalității fiecărui membru al microgrupului familial, armonizarea relațiilor comunicaționale și de rol. Pot crește astfel capacitățile autocompensatorii ale grupului familial aflat în impas, în sensul maturizării sale funcționale, prin reorientarea și autoprogramarea corectivă a propriilor sale trăiri, atitudini și decizii de conviețuire sanogenă.

Pe parcursul dialogului familial, se utilizează zilnic toate modalitățile de comunicare posibile : înțelegerea, dezaprobarea sau impunerea, supunerea sau concilierea, intelectualizarea sau „cerebralizarea", indiferența sau neutralitatea, uneori detașarea sau neimplicarea. Fiecare dintre aceste modalități pot să alterneze situațional la fiecare din membrii familiei, dar pot deveni și dominante prin frecvența lor, adevărate *tipare de comunicare proprii* unuia sau altuia din membrii familiei.

Stilul comunicațional al unei persoane poate fi *mobil*, deschis, utilizând adecvat toate modalitățile de comunicare, sau *rigid*, folosind predominant un tip (de ex. stilul dominator-autoritar, sau stilul submisiv-supus). În general, puțini oameni sunt înclinați să acționeze permanent pe o singură cale, deși există persoane structurate astfel încât să utilizeze predominant una.

Terapeuții familiei continuă să acorde un rol important dialogului familial, atât ca mijloc de diagnoză, cât și ca tehnică de corecție a raporturilor interpersonale, în intenția lor unanim recunoscute de a optimiza sistemul familial. Psihoterapia de familie este în primul rând o terapie de acțiune, „o tehnică de făcut, de arătat, de spus" (D. Bloch) ce antrenează, dezvăluie și „rescrie" jocul subtil al relațiilor cu primele „obiecte ale iubirii" și al simbolurilor primare prin care oamenii au obiceiul de a se exprima. Este totodată o terapie a confruntărilor uneori *dramatice*, axată pe explorarea retroacțiunii sistemului familial, orientată spre redistribuirea atuurilor și pozițiilor, de reformulare a jocului de roluri, de punere în „scena" vieții a altor modele interacționale mai bine adoptate. Este, cu alte cuvinte, o generoasă tehnică a „modelajului", în care experiența terapeuților oferă familiei alte modele interpersonale, în scopul menținerii homeostaziei microgrupului familial. Terapeutul de familie se angajează cu întreaga sa persoană, recurge activ la propriile sale reacții afective, folosește conștient și deliberat întregul evantai al propriilor sale atitudini, emoții și comportamente, ca repere și măsuri ale evenimentelor și problemelor de familie, într-un *dialog terapeutic ce încearcă să îmbine arta cu știința replicilor, într-un mai fericit mod de a conviețui, de a fi.*

Pentru majoritatea terapeuților familiei, comunicarea este, așadar, cea mai importantă problemă (I. Perez, 1968), esența terapiei constând în învățarea „deprinderilor" de a comunica (Schnalbe și Mill, 1976).

V. Satir consideră că există cinci căi de care indivizii umani se folosesc pentru a comunica : concilierea, dezaprobarea, rezonabilitatea, irelevanța mesajului, concordanța.

Concilierea, presupune acordul cu o altă persoană, chiar atunci când sentimentele și convingerile personale sunt contrarii. Ea poate crea

unele probleme și insatisfacții la momentul respectiv sau mai târziu, fiind totuși o strategie de comunicare accesibilă și de stimulare a relațiilor intrafamiliale.

Dezaprobarea este o metodă utilizată în special de persoanele cu o mare nevoie de afirmare și demonstrare a puterii, având un comportament de cele mai multe ori hipercritic, dictatorial. Acestea au o mare nevoie de a fi ascultate, de a-și dovedi lor însele forța Eu-lui, poziția de autoritate.

Rezonabilitatea este o modalitate comunicațională proprie mai ales celor care manifestă o incapacitate în a-și exprima sentimentele, fie ca un deficit de expresie, fie din teamă (blocaj afectiv).

Irelevanța mesajului constituie un mod de comunicare indiferent sau evitant, prin care cuvintele persoanei respective nu au legătură cu ceea ce se întâmplă în situații sau în mediul apropiat, desemnând o manieră nonimplicativă care uneori poate abate atenția de la obiectivul discutat.

Concordanța sau congruența exprimă modalitatea de comunicare în care sentimentele se potrivesc cu convingerile și comportarea individului, fiind cea mai sanogenă pentru relațiile interpersonale.

● Jocul imprevizibil al mesajelor

Mesajele verbale sunt însoțite în comunicarea interumană (iar în cea intrafamilială, în special) de *mesaje non-verbale*, expresiv-senzitive : fizionomice, (mimice), corporale (pantomimice, kinestezice tensional-energetice), comunicarea fiind de fapt un fenomen propriu întregului organism. În acord cu De Rivera (1977) putem considera că emoțiile sunt întotdeauna „încorporate", ele influențând și reflectând în același timp condiția corpului. Este cunoscut impactul psihopatogen al conflictelor interne, profunde, nerezolvate care se manifestă corporal prin fenomene de conversie somatică (transpirații, palpitații, cefalee, erupții ale pielii, perestezii, epigastralgii etc.).

Mesajul subtil al multor simptome somatice este adesea de natură emoțională. Astfel, un ulceros nu face decât să-și comunice anxietatea pe care conștient și-o reprimă, o femeie cu o exemă alergică își manifestă astfel indirect nevoia sa de afecțiune și de sprijin etc.

J. Haley (1968) a observat că sistemele de comunicare intrafamilială sunt diferite de ale altor grupuri ca urmare a unicității comuniunii familiale și al specificului funcțional al acestora. Pe baza unor cercetări concrete, el demonstrează că :

- membrii familiei se comportă diferit unul cu altul, față de raporturile lor cu alți oameni ;
- milioanele de tipuri (modele) de răspunsuri pe care membrii familiei le întâlnesc, de-a lungul timpului în propria lor familie, devin tipare fixe ;
- tiparele de comunicare persistă într-o familie mulți ani și vor influența speranțele și așteptările de răspuns ale copiilor, comportarea lor cu alți oameni când vor părăsi familia ;

● copilul nu este totuşi un „recipient pasiv" al părinţilor, ci un creator de modele comunicaţionale şi comportamentale familiale.

Caracterul complex al comunicării intrafamiliale, care se produce nu numai la nivel verbal, ci şi senzitiv, extraverbal, complică extrem de mult înţelegerea acesteia. Inflexiunile vocii, intensitatea privirii, mişcările corporale cu referire la incidente familiale unice, trecute, grimase specifice, pot „încurca" adesea mesajul verbal şi sensul primit, dezvăluit al acestuia. *Soţii adesea comunică senzitiv mai autentic decât verbal,* îşi furnizează informaţii necomunicate verbal sau distorsionează conţinutul celor verbale, fie prin insinuarea unei unde de „mister", fie prin mistificarea mesajului afirmat, fie prin nuanţarea unui sens suplimentar, neafirmat. Inautenticitatea unor masaje verbale este adesea *demascată* pe căile comunicării senzitive şi *uneori chiar extrasenzoriale,* prin mijloace intuitiv-empatice, ale căror mecanisme bioenergetice subtile continuă încă să ne scape. „Nu sunt supărată pe tine că ai uitat...", afirmă conciliant o soţie, neîntârziind ca după o clipă să verse conţinutul ceştii de cafea pe care tocmai i-o oferă, pe pantalonii lui cei noi. „Şi totuşi n-ai venit direct acasă după şedinţă", i se adresează un soţ soţiei, „ghicind" adevărul, deşi afirmaţia acesteia este contrară, iar ora întoarcerii rezonabilă.

Fără îndoială, că în comunicarea dintre doi oameni, în general şi dintre parteneri în special, se stabilesc două canale : *conştient* şi *inconştient.* Este binecunoscut modul în care S. Freud explică intenţiile dramatice şi practice, inconştiente, pe care oamenii le manifestă prin cuvinte, erori, lapsusuri, întreruperi, omisiuni inexplicabile, blocaje sau mici accidente comunicaţionale. „Orice greşală devine de înţeles" în concepţia lui Freud.

Mesajele conştiente şi inconştiente şi, în special, „jocul imprevizibil al acestora" devin relevante pentru înţelegerea comportamentului de rol familial. Fiecare mesaj reflectă în fond, modul propriu al unei persoane de a intra în contact cu alta. Complexitatea şi, de aici, confuzia, atât a mesajelor primite, cât şi a celor emise, reflectă nevoia acută a fiinţei umane de a comunica, de a menţine contactul cu ceilalţi.

Familia este matricea genetică în care se plămădesc modelele primelor relaţii umane, ale primelor relaţii cu sexul opus, primelor comunicări şi atitudini fundamentale faţă de semeni şi faţă de viaţă... Şi tot ea este şi rămâne de-a lungul întregii existenţe *sursa primordială* a satisfacerii nevoilor noastre emoţionale de contact, apartenenţă şi afiliere socială, de siguranţă, dragoste şi respect faţă de sine.

Sentimentul de securitate şi împlinire afectivă pe care îl poate crea convieţuirea familială, *alimentează continuu, dinamizează şi energizează întreaga conduită a individului uman în sensul dezvoltării şi împlinirii personalităţii sale.*

● Efectele „dublei legături"

Atunci când nevoile individuale de siguranţă, dragoste şi respect faţă de sine nu sunt satisfăcute, situaţia este simptomatică pentru dezechi-

librul interpersonal al întregului grup familial. Nevoile psihologice de bază care asigură echilibrul emoțional sunt cel mai bine satisfăcute în condițiile în care comunicarea intrafamilială este *liberă, neconstrânsă*. Ele sunt satisfăcute mai puțin sau deloc atunci când comunicarea este deturnată emoțional de restricții, jenă, culpabilitate, teamă sau ostilitate.

O formă de comunicare falsificată, psihopatogenă este *„dublul mesaj"* (G. Bateson, 1966). Iată câteva exemple : un tânăr soț căruia nu-i place mâncarea făcută de soția sa, răspunde la întrebările acesteia prin laude, deși părăsește ulterior masa, simulând o lipsă de apetit ; o mamă continuă să-și ajute copilul să se îmbrace pentru a merge la școală, deși acesta se plânge de dureri în gât. În acest timp ea îl întreabă : „Ești sigur că poți merge, dragă ?", un tată și soț se plânge de mai multe ori soției, în timpul mesei, că trebuie să se reîntoarcă la lucru după masă, dar el pleacă cu o jumătate de oră mai devreme decât de obicei.

Efectele „dublei legături" sau „dublului mesaj" sunt dintre cele mai nocive pentru dezvoltarea relațiilor familiale, afectând gradul de siguranță și coerența comunicării. Membrii familiei între care circulă „duble mesaje" se simt stânjeniți, neputând interpreta clar mesajele primite, nici să le comenteze adecvat și, în consecință le induc acțiuni confuze, dubitative, ambivalente. Din acest motiv, modelul relațiilor intrafamiliale nu se dezvoltă ca un model centrat pe rezolvarea de probleme în beneficiul tuturor, ci ca un model de simulare a unor probleme adesea false, practic irezolvabile.

Copiii din familiile cu comunicare defectuoasă de tip „double bind" sunt vulnerabili din punct de vedere al sănătății emoționale și al capacității de decizie. Un astfel de climat familial devine psihopatogen pentru dezvoltarea lor, ca urmare a unui model comunicațional nevrotic sau chiar schizofrenogen (după G. Bateson, 1969). Și în cazul comportamentului psihopatic al copilului s-a emis ipoteza unei „duble legături" clivate între tată și mamă, constând în emiterea de mesaje reciproc contradictorii (Ferrera, 1960). Fenomenul „dublei legături" denumit de Bateson și al „dublei constrângeri", crează subiectului un impas logic în cadrul comunicării (el nu mai știe ce și cum să gândească în legătură cu interlocutorul său). Acest gen de comunicare antrenează o contradicție între mesajul afirmat și mesajul ndus prin contextul metacomunicațional (tonul vocii, modul de formulare, contextul emoțional). Aceasta duce la descalificarea mesajului emis, creând confuzie ca în următorul exemplu : copilul vine de la școală și sesizează că mamei sale îi este rău. „Ce s-a întâmplat, mamă ? — Nimic, puișor. O simplă durere de cap. Atât". După puțin timp, copilului care se joacă zgomotos, mama îi strigă : „Nu ți-am spus că mă doare capul ? Cât de egoist poți fi !".

Iată în continuare (după J. Cotreaux, 1978) câteva tipuri de mesaje descalificate, conținând

contradicţii logice, fie în interiorul mesajului fie între mesaj şi contextul său :

— „fii spontan !" ;

— „va trebui să mă domini mai mult şi să iei decizii !" ;

— „voi pleca, nu voi spune nimic ; simplu — voi plânge" ;

— „trebuie să fii mai autonom în raport cu mine !"

— „eşti liber să rămâi închis în casă !" etc.

● Subtilităţi terapeutice

Ameliorarea comunicării intrafamiliale, aşa încât să devină satisfăcătoare şi securizantă pentru nevoile tuturor membrilor familiei constituie un obiectiv central al terapiilor familiale. În cadrul practicării acestor terapii este necesar ca terapeutul să fie preocupat şi de *propriul mod de comunicare cu pacienţii,* întrucât poate emite el însuşi, inconştient, duble mesaje (V. Satir, 1975).

Există şi alte comportări ale membrilor familiei care „comunică" aspecte deosebit de importante despre relaţiile dintre ei şi despre maniera lor de a comunica unii altora. Dintre acestea, importante sunt aparenţa fizionomică şi corporală, habitusurile de utilizare a spaţiului şi mişcarea corpului. Expresia feţei, felul în care se îmbracă, pieptănătura, folosirea produselor cosmetice, modul în care se aşază unii faţă de

alţii, succesiunea iniţiativelor în conversaţie, ca şi aprobările, ca şi dezaprobările schiţate mimic şi pantomimic, toate acestea exprimă modalităţi de comunicare şi de dezvăluire a raporturilor dintre membrii familiei, ca şi ale imaginilor pe care ei înşişi le au unii despre alţii. Dacă în cadrul întâlnirilor psihoterapeutice, de exemplu, tata, mama şi fiica apar impecabil îmbrăcaţi, spre deosebire de fiul cel mic, mesajul indică destul de clar „dificultatea" de rol sau „înstrăinarea" acestuia faţă de familie.

P. H. Knight (1976) demonstrează prin cercetări că dispoziţia pacientului în terapie este influenţată de apropierea spaţială a acestuia faţă de terapeut, iar G. Stone şi C. Morden (1976) descoperă că „subiecţii discută mai mult despre lucruri personale când se află la o distanţă medie, decât atunci când stau prea aproape sau prea departe de terapeut".

Modul în care membri familiei se aranjează între ei în spaţiul terapeutic (stau în picioare, stau jos, se mişcă), reflectă considerabil gradul de încordare sau relaxare, calitatea şi intensitatea stărilor lor emoţionale, natura comunicărilor. Adolescentul care stă la distanţă faţă de grupul, familial îi semnalează terapeutului detaşarea sa faţă de restul familiei, soţia care se aşază în opoziţie cu soţul, refuzând sau ignorând invitaţia sa de a se aşeza alături, atrage atenţia asupra sentimentelor sale de autoizolare sau ostilitate faţă de soţ.

● Stiluri de comunicare — de la psihologia la estetica relațiilor intrafamiliale

Psihoterapia de familie nu vizează numai o problemă de însănătoșire a tiparelor de comunicare defectuoase, ci și o *estetizare a acestora*, în sensul stimulării armoniei interpersonale a nucleului familial. Dar pentru aceasta trebuie identificate mai întâi stilurile predominante de comunicare în familie și semnificațiile lor pentru echilibrul și dezvoltarea acesteia.

În acord cu J. F. Perez (1968, 1978) cea mai sănătoasă cale de comunicare este *înțelegerea*, care comportă un consens între un mesaj emis, comportamentul și emoțiile pe care le manifestă și le resimte individul emițător. Persoana obișnuită să comunice „înțelegător" este calmă, politicoasă, plină de tact, cinstită în sensul autenticității convingerilor sale, raționamentul său cognitiv și trăirea emoțională sunt axate predominant pe întărirea și satisfacerea nevoilor de bază ale altor membri ai familiei, pe susținerea lor *emoțională*. Înțelegerea devine chiar recompensa persoanei respective, iar creșterea calității comunicării în grup devine un efect al înțelegerii, ce se erijează el însuși în sursă de gratificație pentru fiecare. Astfel înțelegerea este cel mai bun mijloc de stabilire a echilibrului interpersonal familial, fiind obiectivul principal al oricărei terapii familiale.

Un alt mod de comunicare cu efecte contrare este *dezaprobarea* manifestată sub forma cicălirii, severității, criticismului, descurajării, sancțiunii, blamării. Persoanele care predominant dezaprobă, suferă în general de o scăzută stimă față de sine, corelată cu o mare nevoie de prestigiu, pe care încearcă să și-o satisfacă depreciindu-i pe cei apropiați, în virtutea raționamentului „devin mai important dacă îi fac să se simtă mai mici". Cu cât un individ este mai nesigur pe sine, simțindu-se mai amenințat în poziția sa, cu atât nevoia sa de a-i umili și domina pe ceilalți crește, el fiind tot mai intolerant cu aceștia. Atunci când un alt membru al familiei reușește într-o problemă căreia „dezaprobatorul" nu i-a făcut față, el se va alege din partea acestuia cu minimalizarea sau deprecierea propriului succes. Cel care dezaprobă este de obicei o persoană autoritară, rigidă, argumentele sale bazându-se nu atât pe rațiune, cât pe emoții. Pentru aceste persoane orice pierdere înseamnă automat o pierdere a prestigiului de care au absolută nevoie pentru a-și crește fragila stimă față de sine. Uneori, însă, comunicarea de tip dezaprobator poate fi întărită la un membru al familiei ca urmare a nevoii crescute a altui membru de a se supune. Astfel, înclinația spre control și conducere a unui „dezaprobator" poate crește ca răspuns la nevoile unui „supus", a cărui teamă de asumare a unor decizii sau atitudini este deosebită, adesea ca urmare a unui complex de vinovăție. Se profilează astfel relații conjugale sau parental-filiale pe modelul uniunilor pulsionale sado-masochiste, care definesc modele relaționale, cel mai frecvent reciproc nefericite în plan conștient, dar extrem de rezistente, durabile în plan inconștient. În

cadrul acestor modele psihopulsionale familiale, gradul de patogenie este în general crescut, în special pentru echilibrul psihic individual, deși relația patogenă se menține uneori pe parcursul întregii existențe conjugale sau familiale.

O altă cale de comunicare utilizată frecvent în familie, în special în cele în care stratificarea rolurilor este foarte rigidă, este *supunerea* proprie mai ales persoanelor dominate de complexe de vinovăție pentru ceea ce li se poate întâmpla lor sau familiilor lor. Persoana supusă este conciliantă, evită conflictul deschis sau argumentația de opoziție, ca urmare a unei nevoi crescute și permanente de a plăcea interlocutorului, de a fi acceptată de acesta, mai bine-zis de a nu fi respinsă. Această nevoie crescută de siguranță și afecțiune izvorăște din neîncrederea sa în sine și din sentimentul dominant al acestor persoane de inferioritate (se simt nedemne). Consecințele unui astfel de comportament se resimt însă negativ și în comportamentul altor membri ai familiei care au tendința de a fi supuși, subminându-le și acestora încrederea în sine. Aceasta se explică prin faptul că atitudinea concesivă nu permite luarea unei „poziții tari", clare și sigure, în rezolvarea unei probleme de relație, exprimând incapacitatea formării uno rconvingeri rezistente în situația în care acele convingeri ar putea supăra o altă persoană. Concesivitatea trădează dependența psiho-afectivă. Deși aparent, concesivul pare a fi un „donator", un altruist, el este de fapt continuu un „receptor", ca urmare a faptului că nu crede că are ceva de dat sau că poate să dea ceva altora. Lipsa lui

de încredere în sine se potențează în relația cu un dominator prin reciprocitate, acesta din urmă tinzând să se supraautovalorizeze continuu. Concesivul dependent devine de fapt dezorganizator în modelul comunicațional și funcțional al familiei, el simțindu-se în mod paradoxal cu atât mai neadecvat, cu cât se supune mai mult, stârnind chiar dezaprobarea celorlalți. Aceasta pentru că motivația conduitei de supunere nu este încurajarea și stimularea celorlalți, ci propria nevoie de a dobândi aprobarea lor.

Atât cu persoanele supuse, cât și cu cele dezaprobatoare este greu de conviețuit, precizează J. F. Perez (idem), ilustrând printr-o mostră de dialog, al cărui „scenariu de familie" subsidiar ni-l putem imagina. Sosind mai devreme acasă, soțul se plânge soției cu reproș : „— De ce a trebuit să aștept două ore ca mâncarea să fie gata?" Replica „supusă" a soției, aparent rezonabilă, îi urmează : „— Pentru că am făcut cotlete la cuptor și asta ia timp...". Tonul soțului, într-un tumultuos crescendă, își intensifică iritarea : „— Dar știi că vin întotdeauna devreme lunea... De ce n-ai făcut altceva? De ce a trebuit să coci la cuptor cotletele? Nu puteai doar să le frigi?" La care răspunsul soției, pe un ton în continuă culpabilizare, survine într-o adevărată „cavalcadă" verbală „în oglindă" : „— Nu te supăra, îmi pare rău, chiar foarte rău, ai dreptate, nu m-am gândit... am socotit greșit, trebuia să știu, te rog să mă ierți..." etc. Ar fi existat o replică mai adecvată pentru soțul „dezaprobator"? Iată cum

o formulează Perez : ,,— Masa nu e gata, dragul meu, pentru că nu mi-ai spus că vii astăzi mai devreme", iar dacă soția ar fi încercat dizolvarea conflictului potențial prin umor sau atractivitate, după opinia noastră, ar fi putut adăuga : ,,— Oricum, am aranjat cu cotletele să se coacă repede, pentru că tu meriți din plin asta, iar între timp ne mai bucurăm și noi unul de altul ; a propos ce mai zice colegul tău de... ? etc.

Intelectualizarea constituie o altă modalitate de comunicare, considerată ca puțin stimulativă pentru apropierea dintre membrii unei familii, cel mai adesea fiind nefavorabilă evoluției raporturilor dintre ei. Excesul de ,,raționalizare" în raporturile interpersonale familiale, îi îndepărtează pe membrii familiei, ,,răcește" climatul socio-afectiv. Numai emoțiile pozitive sunt de natură să-i apropie, să-i satisfacă și să-i ajute să *co-evolueze* (după expresia lui C. Mamali, 1984). Persoanele care comunică în manieră ,,intelectualizată" sunt calme, liniștite, detașate, distante. Ele sunt suficient de retractile pentru a nu te atașa cu ușurință de ele, părând că nu au emoții, și uneori sunt chiar lipsite de emoții. Contactul lor interpersonal este de cele mai multe ori ,,cerebral", ,,dezemoționalizat", cerebralii având un adevărat ,,tropism psihosocial" unii pentru alții. Doi cerebrali își satisfac totuși nevoile de bază ale fiecăruia, în special siguranța și dragostea, deși manifestările lor par lipsite de vibrație emoțională. Există însă și situații-limită într-o familie, când un membru care comunică în această manieră poate menține și chiar reface echilibrul pertur-

bat al familiei. Atitudinea sa detașată sau hipercontrolată, poate securiza cel puțin un timp micul grup familial în care tensiunile și emoțiile negative s-au deblocat furtunos. În alte situații însă, cultivarea în timp a ,,manierei intelectualizate" — reci — de comunicare poate spori tensiunile și anxietatea familiei, în special când acest stil este adoptat perpetuu de unul din părinți, iar nevoile emoționale ale copiilor rămân permanent nesatisfăcute. În fața eșecului fiului la un examen important, un tată cerebral ar putea rosti : ,,— Treaba ta. Ești suficient de mare ca să știi ce ai de făcut. Te privește". Un tată dezaprobator-emotiv s-ar adresa cu : ,,— Eram sigur că aici ai să ajungi. Ești direct răspunzător ; neserios și incapabil etc.". Un tată concesiv : ,,— Lasă, tată, nu și-au dat seama de valoarea ta sau poate ai fost și tu prea obosit, ai muncit atâta ! !" Oare cum ar suna replica unui tată înțelegător ? Poate cam așa : ,,— Orice eșec este o cale de a căuta succesul. Mergem înainte. E o experiență din care ai de învățat. Trebuie să crezi în forțele tale și s-o iei de la capăt, și dacă ți-ai înțeles cu adevărat șansele e bine să perseverezi în a-ți găsi cel mai bun drum pentru tine. Oricum, caută să muncești cu plăcere și să-ți urmărești țelul. Nu te descuraja, pentru că în tine sunt forțe nebănuite, sunt sigur de asta..." etc.

Există și o cale de comunicare cu adevărat nesănătoasă și aceasta este *indiferența*. În familie, indiferența este rezultatul fricii, supărării sau nevoii de a manipula. Una din cele mai

frecvente manifestări ale indiferenței este *tă-cerea* și ea apare în toate familiile, mai ales când este scurtă, și mai ales în familiile cu „problme” atunci când se prelungește la zile sau săptămâni. Tăcerea poate fi aleasă ca o cale de evitare a conflictului manifest (tăcerea ostilă, tăcerea de refuz, tăcerea glacială, tăcerea de evitare, tăcerea punitivă). Ea acționează uneori ca un „tampon psihologic” între două tendințe contrare: anxietatea care împinge la declanșarea mâniei sau intelectualizarea care conduce la reprimarea acesteia și la ocolirea conflictului spontan. Evitând ambele tendințe, multe familii preferă indiferența „convenabilă” fie unui conflict declarat, fie efortului de a schimba raporturile nemulțumitoare. Indiferența – fie ea și tăcere apăsătoare – este preferată scandalului, violențelor comportamentale, tachinăriei. Indiferența poate fi mimată, simulată sau poate fi o falsă indiferență (exemplu, o soție supărată, tace, pregătește masa soțului, îl servește, dar nu vrea să se așeze și nici să mănânce cu el). Comunicarea dintre soți poate sta sub semnul indiferenței și atunci când fac uneori conversație (banală și strict utilitaristă, de exemplu: „– Ai cumpărat lapte, ai adus pâine?”), cu răceală afectivă sau lipsă de participare emoțională, evitând adesea să se privească. Ei evită să aducă în discuție probleme strict personale, legate de relația lor sau de ei înșiși. Aparențele sunt salvate, din exterior cuplul poate fi apreciat ca liniștit, probabil fericit, dar în esență, relația partenerilor este inautentică, devitalizată prin absența comunicării. Ei nu știu sau nu pot să

comunice, fie pentru că nu au ce să-și comunice, fie pentru că nu se întâlnesc în planul dorințelor, așteptărilor, valorilor, convingerilor, speranțelor, opțiunilor socio-culturale,ori morale.

Asupra stilurilor comunicaționale definitorii pentru diferite familii D. D. Jackson (1968) întreprinde o serie de cercetări. El descrie patru tipuri de *relații de comunicare familială*: a) stabilă-satisfăcătoare; b) instabilă satisfăcătoare; c) instabilă nesatisfăcătoare; d) stabilă nesatisfăcătoare. În cazul primei relații, modul de comunicare definitoriu este înțelegerea, ca urmare a unei competențe de rol a fiecărui membru al familiei, precum și a faptului că toți sunt de acord în ceea ce privește persoana care controlează relația. Autorul precizează că persoana care controlează relația este cea care inițiază o acțiune, decide ce acțiune va fi inițiată sau stabilește ce poziții, în cadrul relației, trebuie controlate de o altă persoană. În cadrul acestor familii, viața se desfășoară echilibrat, armonic.

Relația familială instabilă satisfăcătoare este afectată parțial de evenimente și schimbări inerente cărora grupul familial, prin unii din membrii săi nu este pregătit să le facă față, să le integreze armonic în dinamica existenței sale. Așa de pildă, modificările de rol ce survin odată cu schimbarea vârstei la copii nu sunt totdeauna concordante cu tiparele de rol ale părinților lor. Astfel, o fiică-adolescentă, care încearcă să se comporte cu mama sa ca de la egal la egal, se izbește de rigiditatea acesteia, care preferă să conserve relația mamă-copil, fie pentru că nu

vrea să fie „criticată" de prieteni (pentru eventuala liberalizare a conduitei sale materne), fie din motive inconștiente de potențială rivalitate. Aceste situații pot beneficia de o terapie de familie mai mult decât cele specifice relațiilor de comunicare instabile nesatisfăcătoare. În cazul acestor modele de comunicare familială plutește un sentiment de continuă nesiguranță și confuzie, neexistând un acord în privința persoanei care trebuie să controleze relația, membrii familiei fiind forțați să-și redefinească mereu rolurile, comportând frustrații care uneori se convertesc în simptome psihosomatice. Concesivitatea reciprocă pe care o manifestă de obicei soții, disimulând de cele mai multe ori o lipsă de implicare emoțională sau chiar indiferență, întreține instabilitatea relației și insatisfacțiile ambilor soți. Conduitele dezadaptative sunt de asemenea frecvente, sensul lor fiind acela de a menține relația nedefinită, într-o stare de perpetuă schimbare. Îmbolnăvirea unuia dintre membrii acestor familii creează uneori un relativ echilibru în dinamica relațiilor interpersonale, pentru ca însănătoșirea lui să reinstaleze vechiul stil comunicațional.

Relația stabilă nesatisfăcătoare definește un model comunicațional, în care nu există un consens în ceea ce privește cine să conducă și cum să se comporte. Din acest motiv, toate investițiile emoționale sunt limitate. Comunicarea de bază rămâne *tăcerea* și *ignorarea*. Relația rămâne stabilă pentru că toți membrii familiei ignoră sau nu recunosc „zonele" sau „cauzele" potențiale de insatisfacție. În aceste familii, senti-

mentele, preocupările personale și nefericirea generală nu constituie subiecte abordabile, dimpotrivă ele nu sunt nici măcar formulate. Celor dinafară, relațiile acestor familii li se pot părea „ideale", perfecte, celor din interior ele le sunt de fapt indiferente, ei funcționând în virtutea inerției. Aceste relații sunt considerate de Jackson ca fiind rigide, bazate pe constrângere. Membrii acestor familii respectă foarte mult legile, ordinea, autoritatea, obiceiurile organizate, pentru că toți acești factori externi reușesc să îi sustragă din problematica propriilor lor relații intrafamiliale profund afectate. Aceste familii care „nu au conștiința" disfuncției lor de esență, de cele mai multe ori manifestă reacții de rezistență în terapie, fiind practic imposibil să produci fisuri de „aerisire" în spațiul închis, dar gol, al propriei lor existențe.

În speranța că cititorul va fi tentat de a-și autodefini propriul stil comunicațional în familie, considerăm că va putea medita și acționa mai avizat în sensul estetizării acestor relații, transformându-se treptat dintr-un cunoscător într-un creator de psihologie interpersonală.

CAPITOLUL X

Familia... în impas?

● Ce nu se uită . . .

Toate drumurile individului uman sunt legate de familie, chiar dacă în ceea ce privește frecvența și intensitatea acestor legături sunt diferențe mari interindividuale și, totodată, diferențe individuale în funcție de vârstă. Lăsând de o parte excepțiile, individul apare, crește și se dezvoltă, în cadrul unei familii, pentru ca la o anumită vârstă să-și creeze o nouă familie, în care îndeplinește un nou *rol-status*. Prima familie, în interiorul căreia s-a născut constituie pentru el *familia de origine* iar familia nouă, creată de el, devine familia *nucleară*. Și istoria se repetă. De mulți ani, de foarte mulți ani, și la noi și pe alte meleaguri, unele extrem de îndepărtate.

În cadrul societății, familia prezintă un considerabil grad de autonomie în ceea ce privește organizarea și desfășurarea vieții și activității dinlăuntrul ei. Aparent numai, deoarece în permanență ea este supusă unui puternic ,,reglaj" social, suportând influența unor norme social-culturale, morale și juridice, precum și a unui context economic și politic. ,,Abaterile" comportamentului familial în funcție de gravitatea și de consecințele lor atrag sancțiunea socială și favorizează, totodată, perturbări sociale în sens mai larg. Cum nu peste tot există aceleași norme, reguli, tradiții, obiceiuri, comportamentul familial diferă de la o societate la alta, de la o zonă la alta, ajungându-se, uneori, la situații paradoxale. Astfel, ceea ce este normal și firesc într-o anumită comunitate, apare ca anormal și condamnabil în alta. Ar fi de ajuns să luăm în atenție doar modul în care societatea ,,acceptă" și recomandă tipul de relație matrimonială. Deși, cel mai des întâlnită este forma familiei monogame — monogamia —, în cadrul căreia relația maritală este întreținută de un singur soț și o singură soție, pe alte meridiane ale globului s-au întâlnit de-a lungul timpului și întâlnim încă și alte forme, cum ar fi : poligamia (un soț cu mai multe soții), poliandria (o soție cu mai mulți soți), poliginandria (mai mulți soți cu mai multe soții). După cum este cunoscut, în sistemul societal european și în spiritul tradițiilor noastre românești, alte forme decât familia monogamă nu numai că nu sunt acceptate în plan socio-moral, dar sunt sancționate și juridic.

În ultimul timp, în categoria marilor probleme cu care se confruntă omenirea intră și una dintre cele mai grave ,,maladii" ce afectează familia și anume, divorțul. Datele statistice sunt de-a

dreptul îngrijorătoare și, desigur, avem în vedere în special multiplele sale consecințe asupra partenerilor, precum și asupra copiilor sau a altor membri ai familiei deorigine. Este vorba atât de consecințe de natură social-economică cât și de natură psihologică și afectivă. Traumele sufletești ale copiilor separați brutal de unul dintre părinții firești sau chiar de amândoi, ori provocate de tensiunile și conflictele familiale repetate, se pot constitui în veritabile cauze ale comportamentului dizarmonic și chiar delincvențial. Primele modele comportamentale de relaționare cu sexul opus și de conduită familială marchează, fără îndoială, evoluția fiecărui individ. Relația dintre părinți devine astfel reper conștient sau uneori „inconștient" mereu reactualizat, cu voia sau fără voia adultului, în propriile lui relații maritale. Se instituie astfel de foarte timpuriu în viața unui copil supus unui climat familial dizarmonic, ostil sau anxiogen, o *„predispoziție" la repetarea în contexte similare, mai târziu, a unor conduite și moduri de reacție fixate adânc în „memoria sa afectivă"*. Sensibilitatea fiecăruia dintre noi păstrează de cele mai multe ori mai ales dureroase „cicatrici psihice" care se pot redeschide în condiții asemănătoare celor care le-au declanșat, chiar cu foarte mulți ani în urmă. „Vocația nefericirii conjugale" poate fi uneori anticipată prin analiza „istoriei" conjugale zbuciumate a familiilor de origine ale fiecăruia dintre soți. Realitatea cotidiană ne dezvăluie că *frecvența insatisfacțiilor afirmate*

și a suferințelor familiale constatate este atât de mare, încât nu poate fi ignorată.

Deci, dacă în afara divorțului avem în vedere și multiple alte forme de familii disfuncționale (familie dezorganizată, cuplul conjugal bazat pe „vieți paralele", cuplul cu unul sau ambii soți adulterini, abandonul de familie etc.), putem ajunge în fața întrebării de la începutul rândurilor de față. Un răspuns rapid și simplu, în genul „da" sau „nu" este greu de conturat. Cu toate acestea, noi considerăm că societatea nu poate și nu are dreptul să dezarmeze în fața unor pericole reale care amenință familia având la îndemână o suită de modalități de „intervenție" în direcția menținerii sănătății, stabilității și funcționalității ei. Avem în vedere, mai larg, sistemul educațional-terapeutic care poate să-și aducă o reală contribuție la creșterea gradului de stabilitate și funcționalitate a familiei. O familie stabilă și sănătoasă poate să-și îndeplinească, la cei mai înalți parametri calitativi, multiplele funcții care-i revin: 1. bio-sexuală, afectivă și de autorealizare personală; 2. psiho-educațională; 3. terapeutic-suportivă; 4. socio-culturală etc. Efectele sanogene ale vieții de familie echilibrate și armonioase sunt incontestabile.

Dar cum se poate intra pe „poarta" fericirii conjugale și familiale? Cine este de vină în cazul eșecurilor mai mult sau mai puțin grave cu care se confruntă unii parteneri conjugali? Se poate vorbi de o „predispoziție" la eșec marital? Ce rol exercită condițiile speciale de viață ale unor cupluri conjugale (ca, de exemplu, cele

supuse necesităţii unei separări de mai lungă sau de mai scurtă durată, datorate statutului profesional al unuia dintre soţi — militari, piloţi, marinari, navetişti în diverse domenii etc.)? O mare parte din răspunsurile la aceste întrebări ne conduce către conceptul-cheie al relaţionării conjugale şi anume *comunicarea interpersonală*. Orice disfuncţie conjugală putem s-o considerăm ca fiind cauzată de un „deficit" de comunicare interpersonală, iar divorţul este practic cauzat de imposibilitatea menţinerii unei comunicări satisfăcătoare, stimulative şi comprehensive între cei doi soţi. Şi această comunicare nu o considerăm ca fiind doar un simplu schimb de mesaje verbale ci, dimpotrivă, ea apare ca un proces extrem de complex, cu modalităţi de interinfluenţare, interdeterminare şi mediere reciprocă între soţi. Astfel, menţionam anterior că, pe lângă comunicarea strict verbală, importantă este şi comunicarea nonverbală de tip erotic (sexual-afectivă), ce constă într-un schimb de „mesaje" senzitive şi emoţional-afective. Acest tip de comunicare creează intimitate în cuplu, atmosferă de siguranţă, comuniune şi consens mutual. Intimitatea alimentează plenar bucuria de a trăi, conferă un adevărat suport energetic partenerilor; totodată ea creează o *emanaţie afectivă pozitivă pentru întreaga familie*, copiii fiind „beneficiarii" ei indirect. *Starea de optimism, buna dispoziţie şi echilibru pe care o generează intimitatea autentică în cuplu este contagioasă şi pentru alţii*. Rudele, prietenii, vecinii resimt pozitiv prezenţa acestor familii şi le caută tovărăşia.

Ş-ar putea crede că perioadele de separare fortuită a soţilor ca urmare a unor condiţii profesionale specifice, ar putea afecta în primul rând climatul de intimitate pe care o comunicare mai redusă şi din punct de vedere „cantitativ" l-ar putea deteriora. Dacă profunzimea şi autenticitatea comuniunii sufleteşti (afective şi spirituale) există, în acest caz pericolul pierderii bucuriei intimităţii este neglijabil. Despărţirile pot alimenta necesităţile de „re-întregire", de revenire şi de reluare îmbogăţită a relaţiei. În acest sens, rolul determinant îl joacă *încrederea în sine şi în celălalt*, capacitatea de autoreglare psihofiziologică şi în special preluarea sub control conştient a nevoilor şi comportamentului sexual fără pierderea participării emoţionale, pe care numai convingerea admirativă asupra unicităţii şi valoarea partenerului (ei) o poate produce.

Capacitatea de autoreglare psihofiziologică, energetică şi emoţională a oricărui soţ face parte (sau ar fi de dorit să facă parte) din calitatea şi maturitatea personalităţii sale. Desigur că, o bună autocunoaştere precede obligatoriu o bună autoreglare. Dar din acest punct de vedere, atât bărbatul, cât şi femeia este necesar să exerseze şi astfel să-şi dezvolte resursele de cunoaştere a necesităţilor şi motivaţiilor sale de a se autostăpâni şi autodirija. Aceasta nu înseamnă că abstinenţa sexuală fortuită, periodică, este echivalentă neapărat cu frustraţia, şi că deci, ar putea alimenta anumite tulburări de dinamică sexuală. La bărbaţi în special, de cele mai multe ori, dacă acestea apar (sub forma ejaculării

precoce sau a impotențelor tranzitorii), ele sunt de natură psihogenă și se datoresc în primul rând unor atitudini imature, anxioase, de tip complexual. Acestea pot conduce fie la reacții de gelozie și ostilitate nejustificată față de partenere, fie la atitudini de „neglijare" și inhibiție față de acestea, alterând atmosfera de intimitate emoțională în familie.

Nimic îngrijorător însă, dacă partenerii găsesc modalitatea cea mai stimulativă de a comunica, de a se pune în valoare reciproc, de a se admira și iubi, de a crede în resursele lor de a „se re-găsi".

Tactul, răbdarea, lipsa de ostilitate reciprocă, bunăvoința, căldura și capacitatea de a ierta rezolvă de la sine micile incidente fiziologice, adesea chiar fără consultul unui specialist sexolog sau psihoterapeut.

● Eficiența rolului conjugal și sursele nefericirii noastre

Cunoaștem și stăpânim oare îndeajuns principalii factori care determină cursul relațiilor familiale și stabilitatea căsătoriei, precum și condițiile care asigură pe deplin finalitățile biopsihosociale ale familiei? Există o predispoziție la eșec marital și parental?

După opinia noastră, analiza psihosocială a mecanismelor ce intervin în structura și funcționarea cuplului marital trebuie să fie prioritară, având în vedere specificul unic al acestuia.

Stabilitatea unei familii devine funcție de efectul conjugat al mai multor variabile:

● *capacitatea cuplului de a-și dezvolta și mobiliza resursele de a face față satisfăcător stresurilor interne și externe cu care se confruntă.* E[a] include: a) *resursele și disponibilitățile intraadaptive* ale fiecărui partener de a adopta și exercit[a] funcțional-satisfăcător *rolul conjugal*: vârstă ș[i] nivel de normalitate psihică și somatică, caracteristici și nivel de maturitate al personalității

b) *capacitățile interadaptive ale partenerilor* în cadrul cuplului: nivel de intercomunicare, nivel de intercunoaștere, nivel de interdezvoltare bazat pe *aptitudini maritale și creativitate interpersonală*;

c) *capacitățile extraadaptive ale cuplului* în procesul integrării sale în societate, „în lume, cu lumea și pentru lume", pe coordonatele etnoculturale, istorice, culturale și politice ale societății în care evoluează și ale evenimentelor conjuncturale cu care se confruntă. Din acest punct de vedere, cuplul marital este o entitate biopsiho-socială dinamică, de a cărui maturitate, flexibilitate și creativitate adaptivă depinde șansa continuității familiei și realizării finalităților ei sociale și individuale.

● *capacitatea cuplului și a microgrupului familial de a asimila, adopta și dezvolta modele de cultură relațională și comportament socio-familial emergente cu progresul social în general.* Societatea, în manifestările ei se oglindește în fiecare familie, care devine micromodel de existență și anticipare a evoluției acesteia. În măsura în care societatea e deschisă la schimbare

și progres și microgrupul se va comporta similar, după cum regresul social este resimțit și amplificat în conduita și evoluția acestuia. E de la sine înțeles că numai în condițiile primei alternative, valorile morale, spirituale și educative ale vieții familiale nu sunt discreditate, ci sunt transmise, preluate și îmbogățite de la o generație la alta în cadrul echilibrului dinamic dintre familie și societate.

● *gradul de satisfacție resimțit prin intermediul coexistenței familiale* –, de către fiecare membru al microgrupului familial, privind autorealizarea individuală și colectivă. Această variabilă importantă a stabilității familiale definește „vocația pentru fericire" a familiei.

A considera că familia își găsește spontan cele mai potrivite căi de rezolvare a problemelor dezvoltării ei, în virtutea unor modele tradiționale sau a unor „dibuiri socio-instinctuale", ni se pare hazardant.

Nu ne este indiferent și nici nu este întâmplător modul în care evoluează relațiile interpersonale de cuplu în lumea contemporană, având în vedere frecvența semnificativă a disfuncțiilor conjugale patogene în numeroase familii, care chiar dacă își continuă existența în deplină „legalitate", sub numele de „căsătorie", sunt departe de a asigura complet și sanogen funcțiile familiei.

Și dacă ne referim doar la disfuncțiile generate de distorsiunile ce survin în exercitarea *rolurilor de sex*, cu semnificative implicații în alterarea relațiilor afective și de comunicare, cu consecințe nefaste pentru conduitele adaptive

ale copiilor, ar fi un argument suficient care pledează pentru o atentă educare a comportamentului de sex și stilului relațional specific masculinității și feminității, ale căror prerogative încep să se estompeze din ce în ce mai mult în zilele noastre. Să fie oare această estompare un transfer psihologic neprevăzut și regretabil, în conștiința unora, al egalizării socioprofesionale a sexelor ? !

Comportamentul de sex adecvat și orientat rămâne o cheie în structurarea unor roluri familiale sănătoase, atât conjugale, cât și parental-filiale; sexele continuând să se dezvolte mutual prin complementaritate simetrică., prin implicare simultană, dar specifică. Și chiar dacă, în cadrul egalității și simetriei socioprofesionale, în cea mai mare parte, bărbații sunt interșanjabili cu femeile, în cadrul celulei familiale, „sexele" nu sunt substituibile decât sub aspectul rolurilor organizatorice, decizionale și executorii.

Eficiența comunicării conjugale conduce la creșterea gradului de integrare a fiecărui partener în viața și activitatea conjugală. Desigur, acest *nivel de integrare* poate fi testat în funcție de mai mulți *indicatori*, dar cei mai importanți sunt doi : 1. *eficiența și competența comportamentului marital și familial* ; 2. *gradul de satisfacție resimțit*. Primul indicator se referă la aptitudinile și disponibilitățile maritale și patrentale din cadrul grupului familial. Este vorba de capacitățile „instrumentale" puse în funcțiune de fiecare membru al cuplului conjugal în calitate de soț și părinte. Rezistența mare manifestată de unul din soți la unele tentații adulterine poate

fi considerată o dovadă a nivelului crescut al valorizării comportamentului erotico-sexual și afectiv al celuilalt soț. Al doilea indicator vizează efectele în plan intern, subiectiv, psihoafectiv ale relaționării pe toate planurile între partenerii conjugali. Când asemenea efecte sunt pozitive, ele apar în forma unor trăiri afective stenice de tipul mulțumirii, satisfacției, împlinirii, echilibrului, armoniei etc., iar când sunt negative, subiectul este dominat de puternice stări de frustrație, nemulțumire, insatisfacție. Desigur, cazul cel mai fericit este acela în care, pentru ambii parteneri ,,eficiența'' în rolul marital și familial este maximă și, totodată, nivelul de satisfacție conjugal-familială este autentic și relativ stabil. În sens opus, cel mai nefericit caz este acela în care, pentru ambii parteneri, atât eficiența comportamentului conjugal-familial cât și nivelul de satisfacție resimțit sunt extrem de scăzute. În asemenea situație, stabilitatea și, mai ales, funcționalitatea cuplului conjugal sunt practic imposibil de menținut.

Pe lângă cele două tipuri de căsnicii simetrice — unul în sens pozitiv și altul în sens negativ — există și alte tipuri asimetrice. De exemplu, ambii soți se străduiesc să mențină un nivel relativ crescut, acceptabil, al comportamentului lor conjugal-familial fără a resimți însă un nivel crescut al satisfacției asociate rol-status-lui de partener conjugal. Sau, ambii soți se pot declara mulțumiți de viața lor conjugală și familială fără însă ca nivelul implicărilor lor în calitate de soț și părinte să fie crescut. Alte exemple se pot referi la formele asimetrice încrucișate: un soț obține valori ridicate la ambii indicatori iar celălalt valori scăzute sau extrem de scăzute; sau, în timp ce un soț are valori crescute la unul din indicatori, celălalt obține valori crescute la al doilea indicator (soțul se declară foarte mulțumit de viața lui conjugală, dar nu întreprinde mai nimic în plan comportamental pentru asigurarea ,,calității'' ei, în timp ce soția se străduiește permanent pe linie comportamentală să asigure stabilitate și funcționalitate crescută cuplului conjugal și grupului familial fără a fi câtuși de puțin mulțumită de situația în care se află).

Rolul marital include un ansamblu de comportamente menit să asigure desfășurarea vieții familiale. Fiecare partener își asumă și își exercită rolul marital într-un stil personal, care participă la crearea unei ambianțe familiale, adică a unui climat de intimitate socio-afectivă specific. Intimitatea este fundamentală în viața unui cuplu. După J. Birtchnell, o relație fără intimitate se menține numai datorită fricii reciproce de separare sau trebuinței de a depinde prea mult unul de altul. În condițiile în care se creează o intimitate emoțională autentică între parteneri, satisfacția comunicării și interacțiunilor în cuplu este în general crescută. Există însă familii în care creerea climatului de intimitate poate fi periclitată fie printr-o redusă participare și implicare a unuia dintre soți la viața cotidiană a familiei, fie printr-o inabilitate comportamentală unilaterală sau bilaterală, în rolul conjugal.

Aşa de pildă comportamentul profesional al militarilor, piloţilor, marinarilor comportă anumite modificări în structura personalităţii lor în general, care se poate răsfrânge şi în sfera relaţiilor familiale. Astfel, o anumită obişnuinţă şi nevoie de ordine, disciplină, claritate, rigurozitate, poate, prin transfer psihologic, să se manifeste şi în relaţiile conjugale sub forma unor atitudini şi comportamente mai puţin flexibile, mai formale, mai inhibate sub aspect emoţional sau, dimpotrivă, a unor manifestări de o sinceritate mai puţin nuanţată, mai directe, mai tăioase. În cazul unor partenere mai sensibile, aceste atitudini pot produce reacţii de anxietate, respect formal şi supunere, alterând vibraţia emoţională spontană, care produce intimitatea — acest minunat liant psihologic al căsniciei. În viaţa civilă, pentru cei care, deci, nu au tangenţă prea mult cu sistemul de solicitări pe linia rol-statusului de militar (mai ales femeile), „imaginea" personalităţile militarului este dominată de trăsături psiho-comportamentale bazate mai mult pe un control conştient-cerebral decât pe unul emoţional-afectiv. Deşi rolul social îşi pune puternic amprenta asupra personalităţii, aşa după cum au demonstrat studiile şi cercetările de psihologia socială, mergând uneori până la forme accentuate ale „deformării" profesionale (de exemplu, un ofiţer îşi „prelungeşte" rol-status-ul său profesional şi în familie, făcând o adevărată „militărie" cu cei din familia sa de apartenenţă) aceasta nu înseamnă că nu există militari care pot intra oricând în „competiţie" cu orice reprezntant al oricărei preocupări socio-

profesionale, în ceea ce priveşte disponibilităţile pe linia investiţiilor afective în cadrul relaţionării interpersonale, în general, şi a celei conjugal-familiale, în special.

Formalizarea relaţiilor conjugale la familiile de militari poate afecta în oarecare măsură feminitatea şi spontaneitatea soţiilor, creindu-le sentimente de frustraţie, pe care acestea le supracompensează sau le disimulează printr-o maximalizare a mândriei pentru importanţa statutului social al soţilor şi pentru responsabilitatea de a fi soţie de ofiţer, pilot, marinar etc. Dar o asemenea situaţie poate prezenta şi unele riscuri. Astfel, de exemplu, „refugiul" psihologic al soţiei în exacerbarea propriului său rol-status matrimonial poate conduce cu timpul la o anumită „răcire" afectivă a relaţionării în plan intramarital şi dacă această situaţie este „decodificată" de către soţ, mai ales în condiţiile în care acesta, datorită unor obligaţii profesionale lipseşte mai mult timp de la domiciliul conjugal, va stimula şi potenţa anumite suspiciuni şi atitudini interpretative, cu consecinţe directe asupra stabilităţii şi funcţionalităţii cuplului conjugal.

În familiile militarilor, principiile etice au prioritate absolută în faţa celor estetice; în general, repartizarea sarcinilor între soţi se fac adesea în defavoarea soţiei iar a deciziilor în favoarea soţului. Cu alte cuvinte, fără a fi o regulă de convieţuire, în aceste cupluri, cel mai frecvent decide soţul iar soţia execută. Conştient sau inconştient, soţii militari pot mări, prin comportamentul lor conjugal familial, distanţa

psihologică față de soție și, eventual, față de copii. Mai ales, ca urmare a luării unor decizii privind problemele familiei aparent cu coparticiparea soției dar, în realitate, ca urmare a impunerii, în mod predominant, a punctului său de vedere. Chiar dacă în glumă, soțul militar poate folosi justificativ și cu tendința clară de a reduce stările de disonanță psiho-afectivă ale soției unele norme comportamentale specifice mediului său profesional de apartenență (de exemplu : ordinul nu se discută, se execută !").

Există însă și cupluri conjugale în cadrul cărora se produce o inversare de rol între soț și soție. Astfel, ca să ne referim la același exemplu, militari extrem de sobri, intransigenți, chiar rigizi în conduita lor profesională, în familie pot să apară ca fiind perfect dominați de soții hiperautoritare, supunându-se, de cele mai multe ori din motive afective, deciziilor sau sugestiilor acestora. Și în aceste cazuri, pot acționa unele mecanisme compensatorii, în sensul că soțul încearcă să ,,recompenseze" soția acordându-i credit total în luarea deciziilor privind problemele familiale în schimbul ,,acceptării" de către ea a unor situații specifice determinate de apartenența soțului său la rol-status-ul de militar. De fapt, comportamentul conjugal tradus în participarea la decizii și executarea unor sarcini familiale este puternic și fundamental ,,reglat" de calitatea modului de comunicare afectiv-sexuală a consorților. De aceea, competența în rolul de soț înseamnă asigurarea unui bun echilibru nu numai în participarea la decizii și

execuția unor sarcini ci, mai ales, în comunicarea afectiv sexuală, care, la rândul ei, influențează în direcție structurant pozitivă comportamentul membrilor cuplului conjugal.

Preluarea, adoptarea și exercitarea rolului conjugal familial de către o anumită persoană, depind de o multitudine de factori, dar înainte de toți, cel mai important se conturează a fi modul în care aceasta este pregătită, educată, formată pentru rol-status-ul de soț și părinte. Educația pentru viața de familie se desfășoară spontan, de foarte timpuriu, în orice familie prin chiar confruntarea copilului cu ,,modelele de rol" ale părinților, dar este necesar ca ea să capete și un cadru organizat, cât mai precoce. *Școala* poate fi de mare ajutor *prin introducerea în programele de studiu și a unor activități specifice privind relațiile dintre sexe și psihologia vieții familiale.* Cunoașterea problemelor cu care se confruntă familia, analiza conflictelor pentru o înțelegere terapeutică și educativă a acestora; consilierea competentă de către un psiholog, pot contribui la rezolvarea multora dintre problemele ,,maturizării" comportamentului familial. Toate acestea pot preveni unele ,,eșecuri" relaționale de mai târziu. Și dacă, totuși, viața și împrejurările ei îl vor conduce pe individ la iminente ,,crize familiale", apelul la psihoterapeutul de familie poate reînnoda speranța și poate ,,reactiva" resursele psihologice ale celui aflat în impas, pentru a găsi el însuși drumul către arta și știința conviețuirii familiale.

● 11 reguli sau 11 șanse de a ne „salva" iubirea

Pentru că „bunele intenții și sinceritatea în agoste sunt necesare, dar nu suficiente pentru garanta vitalitatea, soliditatea și cu atât mai ațin creșterea și evoluția unei legături fericite -a lungul anilor", doi psihologi americani — onnel Cowan și Melvin Kinder (1989, p. 238) lansat 11 reguli „pentru a rămâne îndrăgos- ți", cu alte cuvinte 11 șanse de a ne putea ăstra iubirea de-a lungul anilor într-o formă cât ai reală, cât mai puțin alterată și mai ales, t mai aptă de a produce fericire. Mesajul esen- al al autorilor, așa după cum o mărturisesc ei șiși este că „dragostea nu poate înflori decât prețul respectării, de către bărbat și femeie acestor reguli" de interacțiune.

Convingerea lor este că dragostea poate dura condiția ca viața în doi să nu se reducă la exercițiu practic, într-un climat de decepție de frustrație, propriu atâtor cupluri contem- orane. Într-un cuplu *numai actele care cresc utostima, demnitatea și integritatea personală erită să fie angajate* și aceasta este unica do- adă a iubirii.

„Cât timp suntem în armonie cu noi înșine, o guranță, o dezinvoltură interioară emană din oi, ceea ce atrage iubirea și o păzește vie", ne sigură Cowan și Kinder (p. 252).

Dar să vedem care sunt cele 11 „promisiuni" tru armonie ? !

1. *Suntem creatorii relațiilor dintre noi* — postulează prima regulă.

Deși cei mai mulți dintre noi „cresc" crezând în magie, în alchimie amoroasă, relațiile armonioase sunt fructul unui efort, al unei „munci" conștiente, ele necesitând o atitudine mai *activă*. Dragostea necesită să știi de ce are nevoie ființa iubită pentru a fi ocrotită și fericită și presupune onestitate față de noi înșine în privința nevoilor spontane de dăruire.

Cursul unei relații de dragoste nu este niciodată determinat de șansă sau de destin, ci rezultă din *decizia conștientă și responsabilă* a fiecărui partener.

Chiar atunci când bărbatul sau femeia nu sunt conștienți de impactul actelor pe care le săvârșesc sau nu le săvârșesc unul față de altul, acestea modelează și transformă legătura lor, o crează și o recrează continuu. Relațiile amoroase nu sunt niciodată statice. Ele cresc sau se ofilesc în mod subtil, dar până la capăt, partenerii poartă responsabilitatea calităților de vitalitate și căldură ale iubirii lor.

Înțelegând și respectând această regulă, nu ne vom simți nici umiliți, nici frustrați, ci mult mai puternici. Implicându-ne activ, devenim creatorii relațiilor dintre noi.

2. *Dragostea se poate atenua, dar niciodată nu moare.*

Pentru că miturile legate de caracterul magic al iubirii, întrețin angoasanta speculație că iubirea dispare tot atât de misterios pe cât apare,

căsătoria propagă în secret temerea că *stagnarea* poate fi destinul ei ultim... Totuşi, în ciuda acestei temeri, dragostea moare destul de rar. Evident, când soţii divorţează, ei fac totul ca nici o flacără să nu se reaprindă, pentru că ei au nevoie să se împace cu decizia pe care au luat-o. Dar când dragostea pare absentă din relaţie, altceva o eclipsează. Sentimentele negative au tendinţa să mascheze sentimentele pozitive sau chiar să le ascundă. Când suntem mânioşi, frustraţi sau decepţionaţi permitem acestor sentimente să prevaleze asupra iubirii şi dorinţei. Indiferenţa emoţională serveşte adesea drept masă pentru supărare şi mânie. De fapt, ,,toropeala'' afectivă devine un mijloc de a ne apăra de riscul de a iubi din nou. Şi dacă amărăciunea ascunde dulceaţa iubirii (dragostea şi ura fiind foarte strâns legate), mânia şi violenţa verbală la adresa partenerului trădează nu neapărat iubire rănită, ci mai curând una deturnată şi torturantă.

Când într-un mariaj se produc lucruri dezagreabile, nevoia de a ne proteja, ne face să ne autorepliem, pentru că ne temem de a fi răniţi şi rejectaţi şi ajungem astfel să ne convingem că iubirea s-a sfârşit. Dar nu este aşa... ,,A înţelege că sentimentele profunde şi pozitive pot doar să se atenueze şi să nu dispară, deschide noi perspective celui care doreşte resuscitarea relaţiei amoroase'', Dragostea poate reveni, dar se loveşte de ,,zidul'' falselor orgolii şi al încăpăţânării.

Cei care au mereu nevoie de a avea dreptate şi de a se răzbuna, nu ajung niciodată să reînoade

firul amintirilor pozitive şi al sentimentelor de altădată, care rămân totuşi o sursă de reînvigorare, cu condiţia de a izola ,,conştient'' factorii care ,,întunecă'' relaţia. Numai identificând clar sursa mâniei şi tristeţii, exprimând total sentimentele pentru a putea ierta şi accepta, se crează condiţia psihologică a repurificării iubirii, prin îndepărtarea factorilor ,,paraziţi'' şi reapariţia sentimentelor pozitive.

3. *Partenerul nu este... o soluţie.*

Chiar dacă dragostea este una din cele mai mari experienţe ale vieţii şi un adevărat ,,dar'', ea nu este o soluţie a problemelor noastre interioare. Singurii responsabili de propria ,,vindecare'' suntem noi înşine, pentru că un partener poate aduce susţinere şi împlinire unei inimi solitare, dar el nu poate şterge experienţele trecute care au generat sentimente de îndoială şi de incapacitate de a trăi. Împovărând fiinţa iubită cu toate speranţele noastre, nu facem decât s-o ajutăm să ne decepţioneze şi să capete resentimente faţă de noi.

Partenerul nu trebuie investit cu ,,puteri nelimitate'', pentru că atunci când ne părăseşte, aceasta ne face să ne simţim singuri, deposedaţi de orice imagine sănătoasă despre sine. *Esenţial este să învăţăm să ne iubim pe noi înşine mai întâi,* căci fără aceasta nu ne putem considera niciodată *demni* de stimă şi nu vom fi capabili niciodată să iubim *pe altcineva.*

4. Dragostea înseamnă acceptarea, nu schimbarea personalității celuilalt.

În numele iubirii, multe persoane cred că e perfect normal să impună partenerului lor să se schimbe. Gândim că e „drept" și „pozitiv" să corijăm cu tot dinadinsul ceea ce noi considerăm drept „defecte" ale celuilalt, chiar dacă astfel, riscăm să-i reducem și calitățile pentru care îl iubim. Sub masca bunelor intenții, a candorii și onestității, încercăm adesea să transformăm personalitatea partenerului, ceea ce va crea o reacție conștientă sau inconștientă de rezistență din partea acestuia. Ajungem, astfel, să distrugem sistematic „diferențele" – acele calități unice care ne-au atras la început și care uneori ne-au și sedus. Diferențele ne pot produce teamă, ca și cum le-am lua pe contul nostru, ca și cum ele ar implica neapărat o negare sau o respingere a ceea ce suntem noi înșine. Resimțim astfel un anumit pericol emoțional. În realitate, a iubi înseamnă acceptarea defectelor celuilalt și prețuirea a ceea ce el are propriu, specific. Adesea, tentativa de a-l obliga pe celălalt să se schimbe, constituie implicit, o critică, o respingere simbolică, chiar dacă „schimbarea" ar fi și în interesul lui. Oricum, ea nu se va produce decât atunci când persoana care se schimbă, dorește s-o facă.

Iubirea înseamnă respectarea libertății celuilalt și acordarea creditului necesar pentru ca aceasta să devină mai bun. Și întotdeauna el o va face, tocmai pentru că are sentimentul că este iubit și acceptat.

5. *Cei care se iubesc, nu își citesc gândurile.*

Una dintre fantasmele iubirii este credința noastră că partenerul ne cunoaște așa cum nimeni n-a făcut-o vreodată, că el ne simte dorințele și gândurile cele mai intime. Nevoia de a fi cunoscuți profund, alimentează căutările noastre și speranța că iubirea o va satisface. De aceea resimțim simultan nu numai nevoia de a fi iubiți, ci și pe aceea de a nu fi singuri, de a fi recunoscuți și transparenți unul pentru celălalt, de a fi asemănători ca două „suflete-surori". Și când bănuiala că partenerul ne cunoaște dinainte gândurile și emoțiile, se dovedește falsă, ne simțim triști, decepționați și chiar trădați. Pe de altă parte, considerăm că în măsura în care am vrea, partenerul nu ne-ar putea citi niciodată gândurile. Nimic mai iluzoriu!.. Pentru a ne putea face cunoscuți reciproc, trebuie *să ascultăm și să răspundem*, nu să așteptăm pasiv un fel de „intuiție magică" din partea ființei iubite.

Persoanele care au nevoie să fie înțelese, dar care nu fac nimic pentru ca aceasta să se producă, se pregătesc să joace rolul „victimei". Unele gândesc că există un risc să-și mărturisească nevoile partenerului, chiar dacă ar obține satisfacție. Și bărbații și femeile care cred că o iubire profundă este indicată de gradul de sensibilitate și intuiție al partenerului se pot înșela. Numai cunoașterea autentică susținută de iubire poate conduce la asemenea performanțe psihologice. Atunci când mărturisești partenerului ceea ce dorești și el răspunde cererii tale, este

adevăratul semn că te iubeşte. Un partener *care te iubeşte îndeajuns pentru a te asculta şi a-ţi răspunde iubitor este o comoară de nepreţuit.* Acolo unde nu există nici împărtăşire, nici revelaţii sincere, există sigur riscul neînţelegerilor, incomunicabilităţii şi conflictului.

6. *Nu eşti ceea ce spui, ci ceea ce faci.*

O relaţie de dragoste se consolidează şi rămâne vie, cu condiţia *să facem* pentru fiinţa iubită, mai curând decât să-i spunem cât o iubim. Comunicarea poate fi uneori, şi o armă, nu numai un liant. În interacţiunea maritală de ex. schimburile verbale nu servesc întotdeauna la transmiterea unor informaţii, ci pot fi forme subtile de *coerciţie şi manipulare,* vizând schimbarea comportamentului celuilalt. Uneori partenerii vorbesc prea mult, spunând ceva atunci când ar vrea să exprime altceva, sau induc în sufletul partenerului un sentiment de culpabilitate sau reproşuri, deşi intenţia mesajului este pozitivă şi deci, „un semn de dragoste". În numele dragostei şi al sincerităţii se întâmplă să jigneşti, să agresionezi, să imixtionezi graniţele personalităţii celui iubit. Cuvintele pot fi încărcate de bune intenţii, dar ceea ce facem în final contează. Relaţia de iubire se evaluează în funcţie de conduita ambilor şi nu a fiecăruia separat.

7. *Relaţiile stabile se modifică mereu.*

Nu este un paradox în acest postulat. Deşi se crede că în cadrul unei relaţii stabile, constante şi permanente, schimbarea ar putea fi periculoasă, realitatea este contrară. Relaţia amoroasă se modifică constant, pentru că noi înşine suntem indivizi fluctuanţi şi evoluăm pe măsură ce viaţa noastră avansează. Există astfel, riscul unor defazaje.

Este fundamental să ştii să abordezi schimbarea într-o manieră pozitivă, să o poţi integra ca pe o experienţă de autodepăşire şi de „creştere. Cuplurile care cunosc dificultăţi sunt cele care opun o rezistenţă obstinată oricărei mutaţii, căci dragostea lor pare să nu fie suficient de puternică pentru a se adapta la consecinţele imprevizibile ale unei schimbări. Relaţiile durabile necesită supleţe ele pot cuceri schimbările fără frică, le pot accepta şi înfrunta într-o manieră pozitivă.

Dacă la începutul căsătoriei, în căutarea noutăţii ne prelungim deliciul şi bucuria descoperirii celuilalt în intimitate, pe parcursul ei atingem un punct în care totul pare perfect şi dorim ca totul să se oprească („O, clipă, stai!"). Când noutatea începe să se uzeze putem avea impresia curioasă că nu mai suntem îndrăgostiţi. Dar dacă adoptăm o atitudine receptivă faţă de schimbare, aşteptând-o să se producă, atunci încercăm un sentiment de noutate mereu reînnoit. E necesar să integrăm două tipuri de schimbare:
- propria noastră evoluţie
- transformările legate de evoluţia partenerului.

Asumați-vă riscul și porniți de la ideea că partenerul dv. poate face față dezvoltării dv., că dragostea și încrederea lui în dv. sunt destul de puternice pentru ca el să nu se simtă „distruș" de schimbările ce vor surveni la dv. Acordați-i și lui același respect și libertate de schimbare! Fluxul emoțional ce rezultă din evoluția personalității este adesea neconfortabil, dar este totodată un minunat remediu contra rutinei și plictiselii ce se instalează în orice cuplu.

„Criza" relației nu semnifică neapărat un „rău" serios perturbator. Ea poate fi doar un indicator al unei schimbări la care cuplul va trebui să se adapteze cu beneficiul unei reînviorări a iubirii.

8. *Infidelitatea otrăvește întotdeauna iubirea.*

Valoarea atribuită fidelității s-a erodat lent în cursul ultimilor două decenii, ca urmare a creșterii controlului nașterilor și revoluției sexuale, care au lărgit considerabil câmpul experiențelor. Infidelitatea a devenit destul de frecventă, atât pentru bărbați, cât și pentru femei, survenind și o serie de modificări de opinie „justificative" în acest sens.

Se afirmă cu cinism că relațiile extraconjugale nu ar fi o cauză de suferință pentru cel înșelat cu condiția ca acesta să nu o afle. O „legătură" poate fi chiar benefică pentru o relație de cuplu devitalizată – este uneori scuza folosită. Se ajunge până la ideea că infidelitatea este ceva anodin și că dacă toată lumea o face este ceva „normal". Eroare! Chiar dacă infide-

litatea nu mai conduce la divorț la fel de frec vent ca altă dată, ea provoacă totuși o suferință permanentă relației amoroase. Infidelitatea este nu atât o soluție, cât un *simptom* care încearcă „să rezolve" dileme interioare ale unuia sau altuia dintre parteneri. Această cale s-a dovedi rar a fi eficace și chiar dacă aparențele sun salvate, „ceva s-a distrus ireversibil" chiar ș când partenerul continuă să ignore fenomenul Respectarea și onoarea legăturii căsătoriei creaz majorității oamenilor un sentiment de împă care cu sine. Neavând nimic de ascuns, fidelu nu va fi niciodată crispat și nici nu se va simț în secret, lipsit de onoare și de caracter ca atunc când ar fi acționat necinstit. Onoarea și loiali tatea fac parte din comportamentul nostru coti dian care ne conferă siguranță și încredere Fără aceasta iubirea nu poate înflori. Valo rile tradiționale ale căsătoriei nu s-au dezvol tat doar ca o tentativă de a sanctifica mariaju sau pentru a limita libertatea individuală î funcție de criterii moralizatoare. Ele au fos create empiric de-a lungul timpului și reflect comportamente care revitalizează iubirea.

9. *A face reproșuri înseamnă a nu fi respon sabil.*

Mariajul creează un mediu în mod ideal favo rabil reproșurilor și proceselor de intenție. Dac celibatarul este înclinat să creadă atunci cân e nefericit, că el însuși poartă vina, căsătorit uzează de raționamentul „dacă sunt nefericit e din vina ta". Partenerul este „țapul ispășito

cel mai confortabil. Este întotdeauna mai greu să faci o evaluare autocritică, decât să reproșezi ceva altuia. A lansa o acuzație simplă e mai simplu decât să încerci să descoperi cauza „pedepsirii" tale in propriu comportament. Şi firește, ne lăsăm mai ușor impresionați de noi înșine, decât să ne asumăm responsabilitatea stării noastre.

Reproşul angajază mereu eșecul. El întărește pasivitatea personală și ne pune în condiția de a fi „victima" celuilalt. Reproşul ascunde de fapt teama noastră de a ne schimba, dar el antrenează resentimente și o lentă diminuare a iubirii. Cu cât acceptăm mai mult să fim responsabili de calitatea vieții noastre, cu atât mai puțin încercăm nevoia de a blama pe alții și cu atât mai mult devenim fericiți.

10. *Dăruirea este contagioasă.*

Dragostea adevărată necesită ca pentru moment să renunțăm la propriile noastre nevoi, pentru a răspunde celor ale partenerului nostru. Desigur, nu constant, nu unilateral, dar ori de câte ori are nevoie. Mijlocul cel mai puternic și cel mai intens de a simți iubirea este să dăruiești fără nici o urmă de egoism. Ne simțim mult mai îndrăgostiți atunci când dăruim, decât atunci când suntem în poziție de a primi.

Într-o relație de iubire, dăruirea este contagioasă. Ea oferă un model de generozitate și de atenție care încurajază reciprocitatea. Nu

dăruiți pentru a primi, exact atunci nu este iubire. Dar nici nu trebuie să dăruiți la infinit, în vid. O bună regulă de conduită, pe care ar fi util s-o adoptăm cu toții, ar fi : dăruie 70% și cere 30%.

11. *Dragostea nu pedepsește, ea iartă.*

Toți comitem erori, toți putem jigni și decepționa partenerul, toți putem fi insuportabili și plictisitori uneori. Din aceste motive, putem fie să ne dezvoltăm capacitatea de a ierta, fie să acumulăm progresiv resentimente. Pentru a putea iubi din nou trebuie să alegem iertarea. Există două forme de iertare : a vă ierta pe voi înșivă și a vă ierta total partenerul. A ierta nu înseamnă a scuza sau justifica răul pe care l-am făcut, ci a te debarasa de sentimentele negative pe care le generează faptul de a fi jignit sau de a fi fost jignit de partener. În absența iertării de sine apar sentimente distructive de culpabilitate și de autoacuzare. A învăța să ierți total partenerul este de asemenea esențial. Toți păstrăm gelozii, ranchiune, dorința de a demonstra că avem dreptate, dorința de a jigni sau pe aceea ca partenerul să-și mărturisească vina, dar, lăsându-ne dominați de mânie, nu putem „restaura" dragostea și armonia în relație. Iertarea este un act intențional implicând o alegere. Ea nu se poate obține cu forța și nu se exprimă în cuvinte decât convențional. Iertarea este mai

curând un act interior care eliberează mânia şi pedeapsa. A ierta nu înseamnă a uita, a scuza sau a raționaliza pentru a te debarasa de sentimente dureroase, ci pur şi simplu a te purifica de toate acestea, revenind la punctul din care, dominând şi îndepărtându-te de suferință, să poți opta definitiv şi constant pentru sentimente pozitive. Numai astfel iubirea poate continua, iar armonia din noi înşine îi poate regenera lumina.

CAPITOLUL XI

Ambianță şi viață de cuplu

● „Spațiul" nostru cel de toate zilele . . .

Traiectoria spațio-temporală a vieții de cuplu reflectă cu subtilitatea unui fin „înregistrator" natura şi mai ales calitatea relațiilor dintre parteneri. *Spațiul* desfăşurării coexistenței familiale exprimă, de cele mai multe ori, nu numai opțiunile şi stilul personal al membrilor familiei, cât mai ales ambianța psihologică în care ei se dezvoltă sau regresează. „Spațiul locativ" este în primul rând un „spațiu vital" — oglindă fidelă a evenimentelor, a stărilor afective, a nivelului de confort material şi de disponibilitate a opțiunulilor culturale, a siguranței şi libertății interioare. El poate fi mai ales interpretat ca un indicator al şanselor obiective material-financiare şi psihologice, pe care un cuplu şi copiii săi le dețin în diverse etape ale existenței. Pentru că ambientul este nu numai un mediu protector al intimității, un „cuib" în care familia să dispună de toate cele necesare unei vieți civilizate, ci şi un spațiu al comuni

ării și relaționării autentice, în care nevoile le coeziune și autonomie să fie simultan satisfăcute iar sentimentul unei libertăți personale coexistent cu cel al împlinirii prin solidaritate, mutualitate și afecțiune. Imposibilitatea satisfacerii nevoilor bazale de intimitate („suprapopularea" unui spațiu locativ restrâns), de hrană, căldură și confort igienic (insuficiența resurselor financiare și a posibilităților locative urbane corespunzătoare), de mobilier, aparatură și amenajări estetico-funcționale corespunzătoare exigențelor timpului și „modelelor" contemporane, suprimă sau periclitează foarte serios șansele unui cuplu de a se dezvolta, atât interpersonal cât și individual.

Accesul la informația oferită de mass-media, cu toate tentațiile stârnite de modelele socio-culturale și materiale vehiculate, este de natură să creeze *disonanțe* adesea ireductibile în structura motivațională a familiei, operând „modele" aspiraționale disproporționate și greu tangibile față de resursele reale ale cuplului, iar alteori mobilizând cuplul în eforturi supradimensionate în cursa spre „o viață mai bună" în care valorile mateieale devin dominante și exclusive. Goana după acumulare, efortul de a „ține pasul" cu vremea și de a satisface nevoile mereu crescute, îndepărtează, din păcate, prin consum energetic epuizant, indivizii de nevoile spirituale. „A avea" devine principiul dominant care îl înăbușă pe „a fi".

Dar ce consecințe are asupra familiei această reașezare a opțiunilor valorice, în condițiile unei frustrații materiale evidente și greu reductibile? Desigur, acumularea de agresivitate, de insatisfacții, de resentimente, de lipsă de încredere în viitor, anxietate, suspiciune și dezvoltare compensatorie a unor „comportamente de alarmă" — machiavelism, criticism gratuit sau autodemobilizare lamentativă, tensiuni și conflicte interpersonale (căutarea „țapului ispășitor"), alterare generală a relațiilor în familie, dar și în societate.

Dar să revenim la *„spațiul vital"* al celor 2, 3 sau cel mult 4 camere, în care încă cel mai frecvent două sau trei generații (bunici, familia nucleară și copiii) își desfășoară viața într-o consonanță cifrică păgubitoare. Și cu cât apropierea „spațială" *crește*, cu atât intimitatea psihologică *scade*. Permeabilitatea fonică a pereților despărțitori ai camerelor nu numai între vecini, dar și între dormitoarele părinților și copiilor creează adevărate „surse informaționale" de stress interpersonal, alături de utilizarea în comun a aceluiași grup sanitar. Desigur și gusturile și opțiunile de „program" cotidian ale cuplurilor din generații diferite, silite „din necesitate" să locuiască împreună, creează alte tensiuni zilnice. Cei care vor să asculte muzică îi deranjează pe cei care vor să doarmă, telefilii inveterați ai vârstei a III-a îi solicită și îi captează întru aceleași „pasiuni" energofage pe cei mici (pe care dacă tot îi supraveghează, măcar să „nu se plictisească), soții stresați de ideea de a nu fi surprinși, se iubesc „pe furate", ajungând să-și

transforme treptat relația firească într-o adevărată culpă, căci insomnia frecventă a bătrânilor și auzul fin dublat de curiozitate al copiilor sunt factori psihologici care nu pot fi ignorați, etc., etc.

Iată câteva dintre „avantajele" psihologice ale vieții familiale în condițiile apartamentului de bloc. Factorii *materiali ambientali* au un efect psihologic, pe care oricât ne-am strădui să-i ignorăm, eludăm sau mistificăm, ei acționează cu penetranță și precizie de laser în *conștiințele umane*, în sfera *trebuințelor, aspirațiilor* și implicit în cea a *comportamentelor*. Stilul interpersonal este „stilul de viață", iar stilul de viață „este impus", deturnat sau deformat și de ambientul coditidian, și de disponibilul de buget, și de „prejudecățile" coexistențiale aderente.

● Alcoolul și alte „refugii"

Stressul informațional și tensional la care este supus un om obișnuit, căsătorit (de obicei părinte), în condițiile unui trai a cărui precaritate materială este o permanență, declanșează comportamente de „apărare", de substituție și compensare a frustrațiilor, oboselii, descurajării și neliniștii existențiale. Apelul la falsele „remedii" este cel mai uzual, și dintre acestea alcoolul se situează pe primul plan.

Din nefericire, mulți oameni nu pot apela sau „refuză" căutarea unor soluții de altă factură (compensații spirituale, credință, cultură, autoeducație, mișcare, sport, contact cu natura

etc.), dată fiind acțiunea unei cunoscute legi a motivației în psihologie, formulată de Maslow: „când trebuințele bazale nu sunt satisfăcute, nu pot apărea și nici nu se pot satisface, în caz că au apărut totuși, trebuințele superioare (de recunoaștere, de autoreafirmare, de autodezvoltare). Cu alte cuvinte, un nivel scăzut de trai generează obligatoriu o stagnare în dezvoltarea condiției socio-spirituale și morale a omului, cu consecințe directe în planul dezvoltării sale culturale și creatoare, în planul dobândirii statutului de ființă civilizată, producătoare de valori. Impactul său nefast se resimte și în sănătatea psihică și fizică a adulților și copiilor.

Există fără îndoială o corelație importantă între cantitatea de săpun consumată și numărul de cărți măcar răsfoite, dacă nu asimilate; între calitatea hranei și echilibrul psihic și fiziologic, între calitatea aerului respirat și eficiența comportamentelor umane. Comportamentul autodistructiv este nelipsit din cortegiul simptomelor unui sistem de viață disfuncțional. Alcoolofilia, intoxicația tabacică sau cea medicamentoasă sunt frecvent întâlnite atât la bărbații cât și la femeile căsătorite. Neliniștile existențiale sunt adesea înecate în „paharul" euforizant (cel puțin câteva ore) sau în tabletele tranchilizante autoadministrate „după ureche" în special de soțiile „uzate" psihologic de un

mariaj nefericit, împovărate de grijile cotidiene. Din nefericire, riscul toxicodependenței (în special la alcool și tutun) crește pe măsura consumului, pe măsura trecerii anilor, devitalizând progresiv și amputând practic orice șansă de reviriment psihologic și existențial. Din refugiu „nevinovat", „cortină a depresiei" și psedoeuforizant, alcoolul devine un adevărat „tiran" nu numai al persoanei consumatoare, dar și al familiei sale. Comportamentul familial este primul care se degradează, urmat însă îndeaproape de cel social și profesional. Familiile în care dezechilibrul interpersonal favorizat de precaritatea condiției materiale, condiționează comportamentul alcoolofil sunt ele însele familii „bolnave". Limitele între generații, atribuirea și executarea sarcinilor de rol, climatul afectiv și educațional sunt profund compromise, perturbate. Familia devine scena unui interminabil „război" psihologic, în care nu lipsesc violențele fizice și verbale, abuzurile, debusolarea.

Dificultățile materiale și interpersonale ale familiei constituie adesea un tot în care unele le potențează pe celelalte, un cerc vicios din care puține familii reușesc să „scape". Și chiar dacă în exterior ele salvează aparențele, familia profund perturbată în mecanismele ei vitale devine o matrice deformată a personalității

fiecărui membru, un mod de a fi inter și autodestructiv.

Realitatea vieții de cuplu începe odată cu pătrunderea în spațiul și timpul de „acasă" și continuă cu reîntoarcerea în spațiul și timpul de „afară", iar defazajele dintre „acasă" și „afară" nu fac decât să mărească instabilitatea nucleului familial contribuind la denuclearizarea sa iminentă, cu toate consecințele individuale pe care membrii familiei le vor suporta inevitabil. „Familia este o cetate în care cei de afară doresc să pătrundă, iar cei dinăuntru doresc să evadeze". Oare ce resorturi intime acționează traiectoriile interferente și biunivoce ale dorințelor umane? Să fie oare *familia un glob de cristal*, în care și prin care poți privi *lumea*, în trecut, în prezent și în viitor?

sociale a femeilor în special, al căror efectiv de „divorțate trăind singure" este în continuă creștere. Aceasta și pentru că numărul de recăsătoriri scade vertiginos, fie în favoarea uniunilor libere (atunci când impactul amoros se produce), fie a celibatului feminin, în directă corelație cu numărul mai crescut al acestora, dar și cu limitările impuse de vârstele de după 40 de ani.

În ceea ce privește pe bărbați, aceștia par a se „bucura" mai mult de privilegiul conviețuirii cu sexul opus, fie prin recăsătorirea, după divorț, cu o celibatară mai tânără cu cca 6–7 ani, fie preferând unul sau mai multe concubinaje succesive, până la vârste avansate, sau chiar definitiv.

Prognozele demografilor și sociologilor sunt ferme în ceea ce privește instabilitatea cuplurilor pentru viitorul deceniu, chiar dacă divorțialitatea se va stabiliza sau va diminua. Ei afirmă pe baza „cinismului cifrelor" că și în acest caz populația va continua să se disperseze în menajuri din ce în ce mai restrânse, între care cele mai frecvente vor fi situațiile de tranzit între două configurații mai stabile (v. L. Roussel, „La famille incertaine", Ed. Odile Iacob, Paris, 1989).

Să fie oare dezinstituționalizarea familiei condiția denuclearizării acesteia, cu consecința imediată a monoparentalității sau a singurătății definitive a multora dintre semenii noștri? Și dacă este așa, „bulgărele" prefacerilor psihologice și interpersonale familiale mai poate fi

cumva oprit sau încetinit în alunecarea sa grăbită pe panta viitorului?! Să fie oare pentru nucleul familial, în mod paradoxal, viitorul o „pantă", la capătul căreia individul se va trezi al nimănui și cu atât, mai puțin al lui însuși?

● Între tiparul de viață și experimentul autonom

...Și totuși familia există, iar transformările ei morfofuncționale *necesită mai mult decât oricând soluții flexibile și protecție legislativă, transparență și comprehensiune, efort anticipativ și terapie socială*. Fața în față cu alternativa mariajelor repetate, multiple, care supun copiii rezultați unor stressuri de dezvoltare și de integrare socială semnificativ sociopatogene, uniunea liberă stabilă și armonioasă sub aspectul climatului socioafectiv pe perioade lungi sau definitive, pare să fie *un reflex de apărare al cuplurilor* în fața constrângerilor sociale ale unor cadre tradiționale depășite, în care drama individuală a neîmplinirii sinelui prin intermediul celuilalt, a erodat într-atât așteptările individuale în raport cu căsătoria, încât a declanșat un adevărat „protest" psihologic. Opțiunea pentru uniunea liberă încearcă să îmbine nevoia de dependență și identificare cu cea de autonomie, angajând implicarea afectivă plenară, negând aspectul contractual al relației și exaltându-l pe cel al libertății și plenarității de manifestare pe măsura satisfacției mutuale și a nevoilor autentice de a fi împreună. În cuplul modern, aflat în căutarea noilor modele de conviețuire,

se pare că nevoia primară de securitate și solidaritate socioeconomică este depășită în intensitate de nevoia iubirii, comunicării și valorizării celuilalt și a sinelui. Aceasta reașează raporturile de forțe psihologice în cuplu, după principiul coevoluției mutuale, ceea ce exprimă rațiunea de a fi împreună atâta timp cât cei doi reușesc să-și rămână nu numai necesari, dar și reciproc satisfăcători. Cu alte cuvinte, singura justificare acceptată a uniunii de tip familial rămâne gratificația mutuală, onoarea promisiunii sau speranței de a fi fericit cu și prin intermediul celuilalt.

Așadar, *cuplul modern a dobândit luciditatea tranzienței fericirii sale, optând pentru calitatea relației în defavoarea durabilității sale cu orice preț.* Divorțul și consecințele sale stressante sunt astfel *eludate*, el ieșind de sub incidența cadrului social legislativ mai larg și reducându-se doar la o opțiune individuală bilaterală a partenerilor, atunci când uniunea lor își pierde rațiunea de a continua. Desigur, el devine mai curând un *divorț psihologic și sexual*, deci rezolvarea unei *probleme de intimitate interpersonală* și nu o pierdere prin „ruptură" și „sancțiune" social-instituțională a unor statute sociale acreditate, cu obligațiile și drepturile prescrise ale acestora.

Sesizăm în această opțiune a cuplurilor tinere pentru uniunea liberă o disociere între statutul familial recunoscut social și rolul exercitat în fapt. *Negarea statutului pare să declanșeze în mod compensator, deliberat, o reevaluare și o îmbogățire a rolului de partener și nu de puține ori chiar și a celui de părinte.*

Negarea cadrelor normative impuse de instituția căsătoriei să fie oare reflexul nevoii mereu crescânde de libertate individuală, de autocunoaștere și afirmare a sinelui cel puțin pe cel mai apropiat teritoriu al ființei umane — intimitatea sa biopsihologică ? ! Putem intui dincolo de aparența opțiunii pentru această nouă soluție, protestul subtil și refuzul mascat al societății constrângătoare și decepționate în ansamblul ei, Este fără îndoială aici, un semnal *în privința raporturilor disfuncționale, poate bolnave, dintre individ și societate,* sau poate că normele și valorile pragmatice ale sistemului social, în general, au alterat până într-atât raporturile dintre sexe, încât între tiparul de viață sigur, dar potențial blamabil social și experimentul autonom, acestea aspiră și se decid cu tot mai mult curaj pentru ultimul.

Dintr-o recentă cercetare concretă, efectuată pe 60 de cupluri studențești din centrul universitar bucureștean (Valerica Dumitru, coordonată de Iolanda Mitrofan, 1991), rezultă că opțiunea pentru „uniunea liberă" este o realitate identificabilă și în viața tinerilor noștri studenți. Cu ajutorul Chestionarului de Interapreciere a nevoilor și atitudinilor sexual-afective (adaptat de I. Mitrofan după inventar față de sexualitate a lui Eysenck), al anamnezei și interviului focalizat, au fost comparate nivelurile de atitudini, concepții, autopercepții, reacții afective cu privire la sexualitate, nivelurile nevoilor și comportamentelor sexual-afective și nivelurile de intercunoaștere ale partenerilor, grupați în 30 de cupluri maritale (căsătoriți) și 30 de

„uniuni libere" (studenți necăsătoriți, dar conviețuind pe model familial). Potrivit datelor cercetării s-au desprins câteva observații interesante pentru prefacerile psihologice și interpersonale ale acestor cupluri tinere, dintre care menționăm câteva. Astfel, în uniunile libere, se conturează mai pregnant rolul sexual-afectiv al femeii, care tinde să-l egalizeze pe cel al bărbatului și chiar să-l domine sub aspectul inițiativei sexuale și al exigențelor fidelității. Cu alte cuvinte, *femeia a găsit o strategie psihologică mai subtilă de a se „revanșa" ca statut și rol, oferind în schimbul „aparentei libertăți" dată de lipsa „corsetului social" al căsătoriei, șansa unei interdependențe psihosociale crescute a unei intercondiționări întru fidelitate liber consimțită și a unei mai active comunicări sexual-afective.*

În vreme ce sub *eticheta căsătoriei* unele așteptări privind fidelitatea mutuală devin *mai laxe*, la ambele sexe, uniunile libere propagă *regula fidelității liber consimțite* cu mai multă tărie chiar decât mariajul. Asistăm astfel la restructurări de esență ale rolurilor celor două sexe în conviețuirea lor, fie în sensul creșterii calitative în uniunile libere, fie în cel al devitalizării, inautenticizării și degradării lor pe linia investițiilor și așteptărilor reciproce în căsătorie.

În ceea ce privește intercunoașterea, procentele înregistrate sunt aproape egale pentru cele două forme de cupluri comparate (15 uniuni libere și 12 cupluri maritale se cunosc psihologic și sexual în procent de 51–75%, iar 14 uniuni

libere și 13 cupluri s-au situat între 75–100% nivel de intrecunoaștere). *Insatisfacțiile pe linia cunoașterii și intercomunicării afectiv-sexuale persistă la cel puțin 1/4 dintre tineri, indiferent de forma de conviețuire pentru care au optat*, fie ea încă tradițională (oficializată legal), fie cea liberă auto-impusă.

Aceste date subliniază încă o dată ideea că, la acest sfârșit de secol, relațiile între sexe se confruntă cu o puternică criză psihologică și nu numai sexuală așa cum s-ar fi putut crede prin anii 60–70.

Cuplul însuși se află în căutarea unui nou model cultural al supraviețuirii sale întru mai bine și mai frumos.

O posibilă explicație a opțiunii pentru uniuni libere ar putea fi și teama de maladiile sexuale (în special de SIDA), prin preferința pentru un partener stabil care să ofere garanția unei necontaminări, ca un „reflex de apărare" la adulterul tot mai frecvent comis în cadrul căsătoriei. Desigur că, nu putem fi decât de acord cu afirmația lui A. Biron despre faptul că „dintr-o uniune liberă ce se destramă, femeia e cea care pierde", având în vedere că, prin structura ei, aceasta are nevoie de stabilitate. Datele cercetării Valericăi Dumitru relevau faptul că femeile din uniunile libere fuseseră anterior puternic „dezamăgite" în dragoste, ceea ce le marcase mult concepțiile și așteptările. Opțiunea lor pentru această formă de conviețuire putea fi explicată și prin teama de încă un eșec pe plan sentimental, care în cazul căsătoriei ar fi fost

ireparabil. „Mai uşor rupi o uniune liberă. Fără prezentări la tribunal, fără plata taxelor judecătoreşti, lucrurile se termină simplu şi repede" afirma o studentă investigată. Dar consecinţele pe plan afectiv?

În această privinţă, pretenţia la etichetare morală de tip binar ni se pare anacronică şi neadecvată. Nu ne putem permite să afirmăm ce e bine sau ce e rău în privinţa evoluţiei modelelor familiale, dar instabilitatea mariajelor faţă în faţă cu proliferarea uniunilor libere cu tendinţa la stabilizare, sunt fenomene obiective a căror cunoaştere ne obligă la o meditaţie prospectivă socială, la capătul căreia vor licări poate şi cele mai adecvate „soluţii" de protecţie, educaţie şi terapie socială.

Multiplicarea actuală a modelelor familiale, fie ca reflex de apărare la constrângerile sociale, fie doar căutarea regăsirii „paradisului pierdut", fie doar un efect al devitalizării şi „îmbolnăvirii" instituţiei familiei, nu desfiinţează totuşi modelul tradiţional latent care *reglează conduitele şi rolurile familiale.* (L. Roussel, 1989). Amputarea sau distorsionarea lui în special în familiile monoparentale sau în cele pluriparentale (părinţi multipli, succesiv, în viaţa unui copil) rămân o realitate nu fără consecinţe dureroase. Cât de adaptaţi, sau care este maniera de „adaptare" la viaţa socială a acestor copii sunt întrebări la care studiile actuale şi viitoare de psihosociopatologie ar putea să formuleze răspunsuri. Şi oricât de triste sau optimiste ar fi aceste răspunsuri oricât de previzibilă sau

imprevizibilă evoluţia cuplului şi a modelelor familiale ale viitorului. cunoaşterea adevărului în această privinţă este singura noastră cale.

Iar în ceasurile noastre de singurătate şi de linişte, să ne mai aplecăm odată asupra acestor versuri ale poetului şi gânditorului arab K. Gibran:

„...*Fiindcă, precum iubirea vă încunună,*
ea trebuie să vă şi crucifice.
Precum va face să creşteţi, ea
trebuie să vă şi reteze uscăciunile...
Iubiţi-vă unul pe altul, dar nu
faceţi din iubire oprelişte...
Umpleţi-vă, unul altuia, cupa,
dar nu beţi dintr-o singură cupă.
Împărţiţi-vă pâinea, dar nu
mâncaţi din aceeaşi bucată.
Dăruiţi-vă inimile, fără a le
lăsa însă una în paza celeilalte...
Pentru că numai mâna vieţii vă
poate cuprinde inimile.
Şi ţineţi-vă alături, dar nu
chiar aşa de aproape,
Căci coloanele templului înălţate-s
la anume distanţă,
Iar stejarul şi chiparosul nu
cresc unul în umbra celuilalt".

● Familia cu un singur părinte — o nouă formă de familie?

Una dintre formele noi către care se îndreaptă evoluţia familiei în perioada actuală este familia cu un singur părinte. În unele ţări, cum

ar fi, de exemplu, în S.U.A., deja acest tip de familie a devenit predominant (Bigner, J. J., 1989). Singurul părinte poate fi mama sau tata dar oricare ar fi situația, această formă de familie ridică o multitudine de probleme vizând un nou stil de viață și de interacțiune, noi solicitări pe linia ajustării și acomodării atât intrafamiliale, cât și extrafamiliale.

Cauzele care conduc la apariția familiei cu un singur părinte sunt multiple dar cea mai frecventă este situația în care tatăl părăsește familia în urma divorțului. Printre alte cauze pot fi menționate: abandonul familial, separarea în fapt, decesul, nașterea unui copil nelegitim etc. Desigur, există și familii formate din copii și mama necăsătorită. Statisticile arată că, în cele mai multe cazuri, familia cu un singur părinte este condusă de către mamă.

Luându-se în considerație faptul că singurul părinte poate, la rândul lui, să se căsătorească sau să se recăsătorească, unii autori au încercat să contureze tipologia familiilor cu un singur părinte. Așa, de exemplu, Hill, R. (1986), a identificat opt tipuri și anume: patru tipuri de familii cu un statut *temporar* (1. soțul divorțat și recăsătorit; 2. soțul văduv și recăsătorit; 3. soții separați din cauza războiului și apoi reuniți; 4. căsătoria post-sarcină) și patru tipuri de familii cu un statut *permanent* (5. soțul divorțat dar nerecăsătorit; 6. soțul văduv dar nerecăsătorit; 7. separarea permanentă; 8. singurul părinte cu un copil nelegitim și necăsătorit). Fiecare tip de familie prezintă caracteristici specifice, cu implicații și efecte diferite mai ales în ceea ce privește creșterea și influențarea psihocomportamentală a copiilor.

Odată ce familia cu un singur părinte a devenit o realitate incontestabilă, ea a atras atenția tot mai mult diferiților cercetători, mai ales a celor din domeniul științelor sociale. Concluziile formulate nu sunt însă întotdeauna concordante. Astfel, există, pe de o parte, un fel de avertismente privitoare la riscurile mari pe care le prezintă acest tip de familie pentru copil, în sensul că atunci când unul dintre părinți este absent pentru o perioadă mare de timp, familia își pierde abilitatea de a funcționa într-o manieră sănătoasă. Pe de altă parte însă, există autori cu păreri totalmente contrare. De exemplu, Hanson, S. (1986), examinând influența a cinci variabile asupra funcționalității vieții de familie, a găsit că suportul social și comunicarea eficientă sunt înalt predictive pentru buna sănătate fizică și mentală a membrilor acestei familii, mai ales a copiilor.

Chiar dacă există diferite și complexe tipologii, cea mai importantă distincție în ceea ce privește familia cu un singur părinte, având în vedere aspectele ei pur funcționale și consecințele sau efectele posibile, este cea dintre familia condusă numai de către mamă și cea condusă numai de către tată. Cele mai frecvente cazuri aparțin primei categorii, atingând, în 1986, 88 de procente (Norton, Glick, 1986). Vârsta mamelor manifestă în ultimii ani o tendință de descreștere. Astfel, dacă în 1970, vârsta medie era de 37,2 ani, în 1984 ea a scăzut la 34,6 ani

Această situaţie se explică, pe de o parte, datorită creşterii numărului femeilor tinere cu copii ilegitimi şi, pe de altă parte, datorită creşterii ratei divorţului pentru femeile care s-au căsătorit foarte de timpuriu (Bigner, J. J., 1989). Familiile conduse de către mamă ca singur părinte, în urma divorţului, se ridică la 20 de procente. Lăsând la o parte aspectele strict economice, care nu sunt deloc neimportante, acest tip de familie ridică o serie de probleme mai ales pe linia exercitării rolului parental şi a relaţionării interpersonale. Dacă în cazul unei familii cu ambii părinţi există o distribuire a responsabilităţilor, rolurile parentale exercitându-se în direcţie complementară şi compensatorie, în cazul familiei conduse numai de către mamă, tensiunea şi încordarea în ceea ce priveşte adoptarea rolului parental cresc, întrucât responsabilităţile ce revin ambilor părinţi cad acum în sarcina numai a mamei. Deoarece ea trebuie să fie şi mamă şi tată pentru copil, apar elemente adiţionale tensive pentru rolul său matern, obişnuit. Dar încercarea de exercitare corespunzătoare a ambelor roluri parentale duce frecvent fie la restrângerea sferei comportamentale specifice pentru fiecare rol, fie la exagerarea unor tipuri de conduită ce intră în sfera de acţiune a rolului matern. Spre exemplu, pentru ca să nu se simtă lipsa tatălui, mai exact a autorităţii acestuia, mama se poartă mai puţin afectiv şi mult mai sever în sancţionarea copilului. De altfel, datorită lipsei partenerului conjugal, sarcinile atât familiale cât şi extrafamiliale ale mamei sporesc foarte mult, având una din consecinţe restrângerea accentuată a timpului disponibil pe care să-l afecteze relaţionării cu copilul sau copiii săi. Studiile efectuate arată că există mari diferenţe între timpul afectat organizării unor activităţi cu copiii în cazul familiei conduse de mama care este ocupată social decât în cazul familiei cu ambii părinţi în cadrul căreia mama este, de asemenea, ocupată social.

Studiile arată că, în ceea ce priveşte relaţionarea cu copilul, apar serioase schimbări comportamentale mai ales în cazul mamelor divorţate. Este posibil ca limitele dintre rolul parental şi cel al copilului să se estompeze în sensul că, pe de o parte, mama, în special dacă are mai mulţi copii, poate manifesta tendinţa de a abdica de la rolul ei ca părinte, devenind un fel de partener al celui mai în vîrstă dintre copii şi, pe de altă parte, de a pretinde copiilor să fie mult mai maturi decât sunt ei în realitate (Glenwick et Mowrey, 1986). În consecinţă, mama începe să sporească raporturile de comunicare privitoare la diferite aspecte legate de viaţă cu copilul care, în mod crescător, îşi asumă rolul de confident. În multe privinţe, mama în această situaţie tinde să se sprijine pe copil, considerându-l un suport emoţional şi, în felul acesta, copilul este implicat în structuri interacţionale ce reclamă un anumit grad de maturitate în raport cu care el nu este suficient pregătit. Dacă treptat, mama tinde să confere copilului rolul părintelui absent, conflictele care apar între ei

tind a imita vehile conflicte maritale. Copilul este presat să preia acest rol şi, totodată, poate fi pedepsit deoarece se „comportă" ca fostul soţ. Fiind implicaţi în asemenea situaţii de către mamă, copiii nu pot să-şi exprime sentimentele şi trăirile lor tensional-conflictuale însă pot să apară în timp diferite forme „mascate" de reacţie, cum ar fi cazul unor somatizări sau conduite nevrotice.

Referitor la familia condusă numai de către tată ca singur părinte, deşi cazurile sunt mult mai puţin frecvente în raport cu familiile conduse numai de mamă, în ultimii ani se manifestă o tendinţă de creştere în unele ţări. Astfel, în S.U.A., în 1984, din totalul familiilor cu un singur părinte, cele conduse numai de către tată reprezentau 12% (Norton et Glick, 1986). Media de vârstă este în jur de 42 de ani, existând şi în cazul lor în ultimul timp o tendinţă de descreştere. Privitor la sexul copiilor, în cele mai multe cazuri, în cadrul familiei numai cu tatăl ca singur părinte figurează băieţii, în timp ce în cadrul familiei numai cu mama ca singur părinte, figurează fetele.

Spre deosebire de mamă, tatăl în calitate de singur părinte prezintă caracteristici diferite pe linia adoptării şi exercitării rolului parental, deşi şi în acest caz apar elemente tensive adiţionale rol-status-ului specific tatălui. El este conştient de faptul că trebuie să fie pentru copil şi tată şi mamă. În acest sens, apar noi responsabilităţi cum ar fi, mai ales, cele legate de menaj şi de treburile casnice şi gospodăreşti. Unii sunt

total lipsiţi de asemenea experienţe în momentul în care îşi asumă „dublul" rol de părinte. De aceea, frecvent, tatăl manifestă tendinţa de a împărţi asemenea gen de sarcină cu copiii (Greif, G.L., 1985). Fetele, desigur, sunt de mai mare ajutor în această direcţie. Totuşi, comparând cele două tipuri de familie, tatăl ca singur părinte primeşte, de regulă, un sprijin mai redus din partea copiilor decât mama ca singur părinte. Această situaţie este determinată de mai mulţi factori, dar mai ales de: neimplicarea voluntară a copiilor de către tatăl lor pentru ca el să poată oferi dovezi privind „competenţa" lui în legătură cu treburile casnico-menajere; încercarea de a uşura tranziţia copiilor spre noul stil de viaţă din cadrul familiei cu un singur părinte (tatăl); dificultatea în planificarea muncilor casnice datorită implicării în două categorii de solicitări — cele specifice tatălui şi cele specifice mamei (Hanson, 1986). În adoptarea şi exercitarea noului său rol şi anume de singur părinte, taţii întâmpină dificultăţi şi ei se plâng mai ales de faptul că nu pot sincroniza multiplele categorii de solicitări legate de creşterea şi educarea copiilor, de îndatoririle casnico-menajere şi de activitatea sa socio-profesională — sursa mijloacelor de subzistenţă. Cele mai mari dificultăţi apar, desigur, în cazul în care copiii sunt foarte mici, necesitând măsuri de îngrijire speciale.

Privind în ansamblu, după cum arată rezultatele diferitelor investigaţii efectuate, taţii, în calitate de singur părinte, îşi adoptă şi-şi

exercită rolul parental într-o manieră competentă, cu efecte pozitive asupra profilului psihocomportamental al copilului (Ambert, A. M., 1982; Hanson, S., 1986; Mendes, H., 1976; Orthmer, Brown, Ferguson, 1976; Risman, 1986; Smith et Smith, 1981). Astfel, de exemplu, ei satisfac în mare măsură nevoile emoționale ale copiilor, oferindu-le, în manieră compensatorie, răspunsuri comportamentale specifice rolului matern. După cum evidențiază unele cercetări efectuate, copiii ce aparțin familiei numai cu tatăl ca singur părinte apreciază și evaluează gradul de investiție afectivă a acestora într-un mod superior față de cei care aparțin familiilor cu ambii părinți. Cu toate acestea, există și unele deosebiri: tatăl ca singur părinte solicită mult mai multă independență copilului; ● în asumarea noului rol parental (ca singur părinte al copilului), tatăl, de regulă, își schimbă unele atitudini și practici folosite în creșterea și educarea copilului. Ei mai „slăbesc" din spiritul lor autoritar, devin mai protectivi și mai grijulii, acordând o mai mare atenție nu atât aspectelor disciplinare cât mai ales celor educaționale; ● apelul la diferite forme de sprijin extrafamilial (bunici, rude, cadre medicale etc.) este mai frecvent; ● se produc mai dese și mai ample modificări ale stilului comportamental relațional existent înaintea preluării noului rol parental; ● tendința mai accentuată de „măsurare" și evaluare a noului stil de viață.

Desigur familia cu un singur părinte prezintă particularități organizatorice și funcționale diferite față de modelul de familie cu ambii părinți.

Pentru fiecare dintre cei doi părinți apar noi tipuri de solicitări care determină schimbări în plan comportamental. Relaționarea cu copiii capătă înfățișări diferite iar efectele asupra procesului de creștere și maturizare psihologică și psihosocială a acestora sunt diferite. Fiind însă tot mai prezentă această formă de familie în cadrul arhitectonicii sociale, ea trebuie să intre tot mai mult în atenția cercetătorilor în vederea conturării unui ansamblu de recomandări destinate a ajuta la creșterea eficienței preluării, adoptării și exercitării acestui tip specific de rol parental în cadrul familiei conduse de un singur părinte.

CAPITOLUL XIII

Calitatea vieții familiale — între estimări, predicții și soluții

● Scurtă meditație prospectivă psihosocială

Calitatea vieții circumscrie, fără îndoială, *starea și evoluția familiei* nu numai ca model instituțional, consfințit de istoria organizării sociale, dar mai ales ca *model psihosocial dinamic*, viu, deschis și dramatic transformativ, în perspectiva producerii, modelării și autorealizării ființei umane.

Calitatea vieții familiale este determinată atât din *exterior* — cadru socio-cultural, nivel de satisfacere a nevoilor materiale (de la hrană și spațiu locuibil, la buget, confort, posibilități de consum cultural și trai civilizat) — cât și din *interior* — calitatea relațiilor interpersonale. Aceasta din urmă poate fi estimată prin intermediul mai multor *indicatori așa-ziși „subiectivi"*, dar al căror impact este esențial în orice *predicție familială* :

- climatul socio-afectiv ;
- „bunăstarea sexuală" ;

- autenticitatea și completitudinea comunicării între parteneri și copiii lor ;
- păstrarea unui echilibru dinamic între fuziune și autonomie psihologică ;
- fluența granițelor intergeneraționale ;
- coerența și consensul modelelor de rol conjugal și parental oferite copiilor în procesul de educație ;
- gradul de confort și securizare psihică rezultat din sentimentul apartenenței familiale, ca antidot al singurătății și abandonului dezechilibrant ;
- sănătatea psihică și somatică a membrilor familiei ;
- capacitatea de păstrare și transmitere a modelelor spiritual-valorice pozitive, prosociale.

Astăzi, mai mult ca oricând, familia rămâne FAMILIE în măsura în care poate asigura o igienă psihomorală și o terapie psihosocială continuă membrilor săi, în măsura în care ea își dezvoltă resursele de a face față stressurilor multiple (interioare și exterioare). Ea își păstrează integritatea și longevitatea numai în măsura în care le conferă membrilor săi un sens *coevolutiv*, o „scenă" de recunoaștere, valorizare și autoafirmare, dar mai ales un mijloc de asigurare a *sănătății psihice și sociale.*

Din nefericire, tendințele spontane ale fenomenului familial în deceniile 7 și 8, pe plan mondial, par să argumenteze, cu forța impresionantă și uneori alarmantă a statisticilor, că familia se confruntă astăzi dramatic cu simpto-

mele unei veritabile *crize psihosociale* (D. Perlman, S. Duck 1986, J. Dumas, 1985, L. Roussel, 1989).

Observațiile noastre mai mult sau mai puțin sistematizate (1984, (1989), au identificat și pe familia românească unele dintre aceste tendințe.

Revenind la *tendințele specifice familiei contemporane*, menționăm : ● *pericolul iminent al dezinstituționalizării și denuclearizării* ca urmare a creșterii semnificative a fenomenului de instabilitate, divorțialitate, corelat cu scăderea numărului recăsătoririlor. Consecința imediată o constituie fragilizarea și de cele mai multe ori, psihosociopatologizarea relațiilor dintre soți și în special dintre părinți și copii. Mai mult, dincolo de aparanța instituției familiale statuate prin căsătorie, asistăm la prefaceri ale structurii rolurilor feminine și masculine, unele cu vădit risc psihopatogen, la substituții și inversiuni forțate în raport cu prerogativele de sex, la distorsiuni sau amputări ale exercitării rolurilor familiale, la evaziuni sau abandon de rol, așa încât, ***hiatusul dintre statut și rol*** se accentuează, favorizând *tendințele entropice* ale celulei maritale, și prin ele, ale întregului microgrup familial. Există o tendință netă la proliferarea unor noi modele sau pseudo-modele familiale, care poartă pecetea unei tranziențe psihosociale, frizând aparent eforturi adaptative, dar anunțând, în fond, *disfuncții cu răsunet „la distanță”*, ce pot periclita echilibrul psihologic și implicit, social, al „consorților”, „fals-consorților”, „ex-consorților”, dar mai ales, al copiilor acestora.

Mulți dintre acești copii sunt viitorii adulți plutind în confuzia modelelor parentale multiple, succesive, incomplete, mereu frustrați de căldură și comunicare afectivă, de coerența și „competența” modelelor de rol masculin sau feminin, dar și parentale. „*Programați” la imaturitate* socio-afectivă, ei vor fi tentați să nege valorile conviețuirii familiale căutând noi „formule” de viață, mai puțin frustrante, încorsetante și amenințătoare.

Familiile *monoparentale* sau asimetrice (compuse de obicei din mamă și copilul sau copiii săi proveniți dintr-o căsătorie, dintr-o uniune liberă sau chiar dintr-o relație întâmplătoare), uniunile libere cu sau fără copiii proveniți din relații anetrioare), celibatul — tot mai preferat — sunt noile „formule” pentru care optează tot mai multe persoane. Alternativa preferată din ce în ce mai frecvent de către cuplurile tinere, în ultimul deceniu este uniunea liberă, care tinde să înlocuiască pe o perioadă destul de lungă (5—10 ani) familia statuată prin căsătorie ;

● *inautenticizarea relațiilor familiale* este a doua tendință specifică multora dintre cuplurile contemporane, în cadrul instituțional care continuă să dețină totuși ponderea cea mai mare — căsătoria. Acest fenomen se evidențiază în proliferări marginal sociopatogene — semicăsnicia și pseudo-căsnicia, ce trădează primele semne de *psihosociopatologie familială*.

Infidelitatea, disfuncțiile sexual-afective, alcoolismul, conflictualitatea patogenă nu sunt cauze prime ale divorțialității, (deși ele apar consemnate ca atare în documentele legale), ci sunt

consecințe ale unui frecvent proces de inadaptare maritală. Cauzele acestui proces trebuie căutate în miezul formării personalității în dificultățile ei de maturizare afectivă, socială și moral-spirituală, în ignoranța sa relațională; în absența unei minimale culturi a relațiilor satisfăcătoare și civilizate între sexe. Adesea, precaritatea condiției socio-economice sub nivelul satisfacerii nevoilor bazale de siguranță și sănătate biologică și psihologică, corelate cu un sistem instrucțional-educativ incomplet sau deficitar, sunt de natură să accentueze, să întrețină și să agraveze deficitele adaptative socio-familiale de azi și de mîine. Nu putem ignora faptul *că o familie „bolnavă" din punct de vedere interpersonal generează în perspectivă o societate fragilă din punct de vedere psihosocial.* Ea distorsionează profund rolurile, scopurile, aspirațiile și comportamentele membrilor săi, periclitează în consecință, nu numai eficiența și stabilitatea socială a acestora, ci și eficiența, coerența, și echilibrul psihomoral al societății ca întreg.

Efectul de recurență este incontestabil în dinamica existenței... Criza psihosocială a familiei reflectă, fără îndoială, (și nu numai) *criza morală* a societății, *dar ea poate deveni motor în menținerea și agravarea crizei structurilor și funcționalității sociale.* Or, nu putem răspunde la întrebarea „care sunt factorii ce explică, asigură și potențează calitatea vieții în general?" eludând proliferările psihosociopatogene ale nucleului familial actual sau ignorând mijloacele de protecție, terapie psihosocială, educație și cultură relațională ale acestuia.

Experiența internațională a specialiștilor în domeniu ne oferă modele de asistență complexă a familiei aflate în dificultate, de cca. 40–50 de ani. Menționăm dintre acestea câteva dintre cele mai cunoscute :

— sistemul britanic, deține prioritatea istorică prin înființarea în 1948 a unei secțiuni de cercetare și rezolvare a situațiilor familiale (Family Discussion Bureau), în cadrul Institutului de relații umane Tavistock din Londra, Organismul Marriage Guidance Council, care posedă ramificații în majoritatea țărilor ;

— sistemul consultațiilor de sfat genetic și planificare familială, care se dezvoltă după 1965, având drept scop problema reglării nașterilor, fecundității și tratării disfuncțiilor psihosexuale ;

— sistemul francez de consiliere conjugală, înființat încă din 1961 (L'Asociation Française de Centres de Consultations Conjugales) ;

— „Școala părinților", sistem de influență formativă profamilială inițiată de M. A. Isambert (L'École des Parents et des Educateurs de Paris) ;

— sistemul de consiliere familială multiramificat din Elveția, inițiat de E. Sordet în 1974 ;

— experiența americană în sfat premarital — J. Trainer, 1979 ;

— programele de psihosexoterapie inițiate după anii 60 în SUA (W. Masters, V. Johnson, S. Kaplan etc.), precum și practicare uzuală a psihoterapiilor de familie (V. Satir, D. Bloch, D. Jackson, J. Haley, S. Minuchin, J. Perez, J. Framo, etc.).

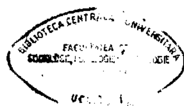
Ființa umană poartă în ea vocația fericirii. În devenirea sa, de cele mai multe ori, ea își urmărește autoafirmarea, autoîmplinirea, autorealizarea. *Aceasta este expresia libertății sale autetice.*

Calea afectivă – iubirea și armonia între sexe și între părinți și copii, cunoașterea, valorizarea și stimularea interpersonală întru bunăstarea comună, ca indicatori ai relațiilor intergeneraționale și implicit, ai calității vieții – este la fel de importantă ca și calea prosperității materiale, aflându-se cu aceasta în strânsă interdependență. Într-un cadru socio-economic ostil și frustrant, omul se apără adesea sacrificându-și și mutilându-și propriile resurse afective, spirituale, morale, *el revine singur printre ai săi,* îndepărtându-se de ai săi și acționând uneori împotriva lor.

Disputa puterii, stilul de negociere, strategiile cooperării, competiției și conflictului, competența asumării sarcinilor și responsabilităților de rol-status (fie el masculin, feminin, parental, filial, civic) se deprind, se „invață" și se formează în nucleul familial. Primele exerciții de conviețuire, mai mult sau mai puțin civilizat, se desfășoară în familie și „zestrea" disponibilităților adaptative psihosociale, „zestrea de eficiență socială" (maritală, parentală, dar și profesională) se dobândește primordial *în și prin familie.*

La acest sfârșit de mileniu, în acest moment crucial al transformărilor, familiei din sine și pentru sine, în căutarea dramatică a noilor modele de viață, o meditație prospectivă ne-ar putea ilumina poate, asupra sensurilor și tendințelor ei evolutive.

Cu gândul la avatarurile sale psihologice, la resursele ei afective, morale, culturale, biologice, în a face față prezentului și viitorului FAMILIA rămâne pentru fiecare dintre noi o întrebare la care nu se poate răspunde decât cu iubire....



BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

ABRAHAM, G., PASINI, W., *Nouvelles thérapies sexuelles en États Units*, în „Med. et Hyg.", nr. 1049, 1973.

APTER, J., SMITH, K.C.P., *Sexual Behavior ann the Therapy of Psychological Reversals, in Love and Atraction*, Pergamon Press Oxford and New York, 1979.

BIGNER, J. J., *Parent-Child Relations. An Introduction to Parenting*, Macmillan Publishing Company, New York, 1989.

BIRON, A., *La maladie du couple et son approche thérapeutique*, în "Semaine des Hôpitaux", tôme 51, nr. 22, 1975.

BLOCH, D., *Techniques of Family Psychotherapy*, Grune and Stratton, Inc. New York, 1973.

COLEMAN, C. J., *Intimate Relationships, Marriage and Family* (second ed.), Macmillan Publishing Company, New York, 1988.

COREY, G., *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (fourth ed.), Brooks Cole Publishing Company, Pacific Grove, California, 1991.

COTTRAUX, J., *Approche et thérapie familialle*, în J. Guyotat (coord.) Psychothérapies médicales, Masson, Paris, 1978, vol. 1.

COWAN, C., KINDER, M., *Les Femmes qu'ils aiment, les femmes qu'ils quittent*, Ed. Laffont, Paris, 1989.

DICKS, N., *Marital Tensions*, Roulliage and Kegan, Londre, 1967.

DUCK, S., PERLMAN, D. D., *Intimate Relationships. Dynamics and Deterioration*, Sage Focus Editions, febr. 1987.

DURGANAND, S., SHALINI, B., *Three Types of Family Structure and Psychological Differentiation : a Study Among the Juansar-Bawar Society*, în "International Journal of Psychology", nr. 6, 1985.

DUMITRU, V., *Studiu comparativ asupra comportamentului sexual-afectiv al cuplurilor maritale și uniunilor libere studențești*, lucrare de diplomă, coord. de I. Mitrofan, Univ. București, 1991.

ELIADE, M., *Yoga*, Gallimard, Paris, 1945.

FREUD, S., *Trois essais sur la théorie de la sexualité*, Gallimard, Paris 1962.

FROMM, E., *Texte alese*, Ed. politică, București, 1983.

GELLEMEN, G., *Impuissance et frigidité sans le couple*, în „Gaz. Méd. de France, 81, nr. 27—29, sept. 1974.

GIRARD, A., *Le chois du conjoint*, P.U.F., Paris, 1981.

GOLSE, B., B., BLOCH, M., *L'amour chaor*, Hacette, Paris, 1987.
GOLU, P., *Fenomene și procese psihosociale*, Ed. științifică și enciclopedică, București, 1989.
HABERT, P. ET M., *Dictionnaire de la sexualité*, Ed. Solar, 1981.
HENDRIX, H., *Getting the Love You Want. A Guide for Couples, Harper and Row*, Publishers, New York, 1988.
HOLDEVICI, I., VASILESCU, I. P., *Activitatea sportivă. Decizie, autoreglare, performanță*, Ed. Sport-Turism, 1988.
IONESCU, A., *Psihologia familiei. Normalitate și psihopatologie familială*, în G. Ionescu (coord.), Psihologie clinică, Ed. Academiei, București, 1985.
JULLIEN, J., *Le plaisir sexuel est-il péché?* Ed. Guy le Prat, Paris, 1983.
LA ROSSA, R., *Becoming a Parent*, în Family Studies Text Series, vol. 3, iulie, 1986.
MASTERS, W., JOHNSON, V., *Les mésententes sexuelles et leur traitement*, Ed. Laffont, Paris, 1971.
MINUCHIN, S., *Families and Family Therapy*, Cambridge Mass: Harvard Univ. Press, 1974.
MIRCEA, C., *Intercomunicarea*, Ed. științifică și enciclopedică București, 1979.
MITROFAN, I., *Cuplul conjugal. Armonie și dizarmonie*, Ed. științifică și enciclopedică, București, 1989.
MITROFAN, N., *Dragostea și căsătoria*, Ed. științifică și enciclopedică, București, 1984.
MITROFAN, I., MITROFAN, N., *Pentru o căsnicie armonioasă*, în vol. Psihologia și viața cotidiană (coord. V. Ceaușu, H.Pitariu, M. Toma), Ed. Academiei, București, 1988.
MITROFAN, I. MITROFAN, N., *Familia de la A la... Z. Mic dicționar al vieții de familie*, Ed. științifică, București, 1991
MORIS, O., *Le couple nu*, Ed. Grasset, Paris, 1985.
OLIVIER, C., *Filles d'Eve*, Ed. Denoël, Paris, 1990.
POCS, O., *Our Intimate Relationships. Marriage and Family*, Harper and Row, Publishers, New York, 1989.
ROUSSEL, L., *La famille incertaine*, Ed. Odile Iacob, Paris, 1989.
SATIR, V., *Conjoint Family Therapy*, Sciences and Behavior Books, Palo Alto, 1964.
SHAVER, P., HANDRICH, C., *Sex and Gender*, în Review of Pers. and Social Psychology, vol. 7, febr. 1987.
TORDJMAN, G., *La maladie conjugale*, Marabout Univ., Paris 1973.
ZWANG, G., *Dysarmonies sexuelles du couple : causes ou conséquences de la dysarmonie conjugale?* în Gaz. Med. de France tome 81, nr. 29, 1974.

Redactor : P. MIHAIL
Tehnoredactor : ELISABETA ZDRU

Dat la cules 18.03.1994. Bun de tipar 17.04. 1994.
Apărut 1994. Tiraj 10 000 ex. Coli tipo 12. Format 16/54 × 84
Tiparul executat la S. C. „UNIVERSUL" S. A. sub comanda 71.

Director al Casei de Editură și Presă „ȘANSA" S.R.L.
MIHAIL PIȘCOCI

6 SEP 1998

JUL 2000

DATA RESTITUIRII

19. DEC. 2000	06 MAR 2003
28 MAR 2001	
04 DEC. 2001	
19. DEC. 2001	
22. FEB. 2002	
08. MAR. 2002	
25 NOV 2002	
12 DEC 2002	
12 JAN 2003	

DRAGOSTEA:

CE ŞTIM;

CÂT ŞTIM;

CUM ŞTIM.

LEI 2000

ISBN 973-9167-18-7